



PHYSIO LIFE

ERLEBE BEWEGUNG

Physiotherapie	Prävention	Rehabilitation
Janine Chastonay	Zeughausstrasse 18	Qualicert anerkannt
Slings Myofascial Training i.A.	3902 Glis	Bereich Fitness
Kursleiterin Mat Class	www.physiolife.ch	Gruppenkurse
Standing Pilates	027 530 10 53	ID-Nr. 8080
Kursleiterin Pilates SAFS	079 418 16 08	M-Fit anerkannt

Pilates

Pilates ist eine durchdachte, sich stets weiterentwickelnde Trainingsmethode, die sich im Bewegungs- und Therapiebereich seit mehr als 60 Jahren bewährt hat. Das Training passt sich dem Menschen und seinen Bedürfnissen an. Aus diesem Grund schliesst sie niemanden aus; ein Spitzensportler wird genauso profitieren, wie jemand der Pilates zur Rehabilitation oder aus Bewegungsfreude macht. Für Menschen mit Rückenbeschwerden und allgemein muskulären Dysbalancen, sowie ein ideales Training für den Körper allgemein und den Geist. Mit dem integrierten

Trainingsblock:	Donnerstag, 9. Januar 2020 bis Donnerstag, 14. Mai 2020 16 Lektionen à 60 min
Ferien:	Kein Training: 27. Februar und 5. März 2020 sowie St. Josefstag, 19. März 020
Zeit:	9.15 Uhr – 10.15 Uhr
Ort:	Praxis Physio Life
Kursbeitrag:	Fr. 320.-

Absenzen können in einer anderen Lektion bei Physio Life innerhalb des Blocks **nachgeholt** werden. Falls du mehr als ein Kurs bei uns besuchst oder ein weiteres Familienmitglied bei uns teilnimmt, erhältst du /ihr 20 % auf die Trainingsblock Pauschale.

Ich bitte dich den Betrag des Kurses **vor Beginn** des Kursblocks auf dieses Konto zu überweisen oder den Betrag in der **ersten Lektion** bar mit zu bringen.

Raiffeisenbank Belalp-Simplon, 3904 Naters

Venia Charania, Zeughausstr.18, 3902 Brig-Glis - Konto : 19-1527-5, CH35 8053 2000 0040 6050 2

Der Kurs ist von den Krankenkassen anerkannt. (Physiotherapie Verordnung von der Grundversicherung und von allen Zusatz-Alternativversicherungen Fr 200.- / Jahr)

Es freut uns, mit dir das Training zu beginnen!

Janine und Venia