

# WORKSHOP PILATES

Swiss Pilates  
& Yoga  
FIT FOR LIFE

avec Aymeric

Samedi 3 Mars 2018

10h30 - 12h00

## FLOW TONIC!

*Ce Workshop Flow Tonic vous apportera un entraînement ludique de toutes les parties du corps.*

*Alliant résistance et équilibre, ces petits disques glissants amélioreront votre agilité et votre force tout en sculptant votre corps.*

*Cours accessible à tous !*



Tarif : 49.-Fr.



Souffle

Souplesse

Tonicité

Réservez votre place!

SWISS PILATES & YOGA -Rue Adrien Lachenal 24 -1207 Genève - 079 602 08 56  
[info@swisspilatesandyoga.com](mailto:info@swisspilatesandyoga.com) - [www.swisspilatesandyoga.com](http://www.swisspilatesandyoga.com)