

Ich verliere nie. Entweder gewinne ich, oder ich lerne.

Nelson Mandela

Was für eine grandiose Aussage und Lebensauffassung Nelson Mandela uns da hinterlassen hat. Auch wir lernen uns in Geduld zu üben und gewinnen so jeden Tag aufs Neue - es kommt immer auf die Perspektive an.

Bezüglich Studioöffnung gedulden wir uns noch etwas und machen online weiter wie bis anhin, auch die Einzellektionen. Der Stundenplan bleibt der gleiche.

Die Wall Units sind mit genügend Abstand montiert und warten auf euch...das als kleines "Zückerchen" für die Vorfreude.



Rückbildung mit oder ohne Baby

Eine kleine Änderung haben wir aber noch. Die Rückbildung findet seit Anfang Jahr online statt und seit dem 1. März auch vor Ort im Studio mit maximal 4 Teilnehmern. Neu nehmen wir auch noch die Mittwochsstunde wieder auf, dh. ihr habt folgende Möglichkeiten.

Montag um 9.00 online oder vor Ort mit Bigna
Mittwoch um 9.00 vor Ort mit Gabriella

Da die Plätze vor Ort auf 4 Personen begrenzt sind, meldet euch so schnell wie möglich unter info@pilatesfabrik.com an.



Hier noch ein kleiner Einblick was aus dem Towerraum geworden ist - natürlich hinter den wunderschönen Blumen von Luzia von Blütenduett.

So, das wars von uns. Wir freuen uns auf euch online und auf den Frühling der uns Wärme, Farben und Energie bringt. Herzlichst Iwan, Bigna und das grossartigste Team der Welt