

PILATES UND MEHR PILABU

PETRA BURRI



Pilates in Rüschegg und Belp – mit Petra Burri

Pilates, das guttut: in kleinen Gruppen in Rüschegg und Belp oder ganz persönlich bei dir. Einstieg jederzeit, gerne auch zum Schnuppern. Einfach anrufen oder schreiben – ich freue mich auf dich.

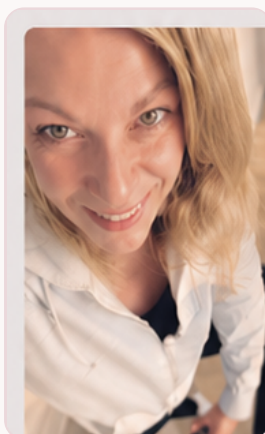


079 963 89 33



petra@pilabu.ch

Über mich



Petra Burri

Du suchst Pilates, das zu dir passt? Bei mir findest du offene Kurse in Rüschegg und Belp oder Privatstunden – ganz auf dich zugeschnitten. Einstieg jederzeit, gerne auch zum unverbindlichen Schnuppern. Für dich allein, mit Freundinnen oder als kleines Team: ab 4 Personen komme ich zu dir (z. B. zu Hause oder im Garten). Melde dich – ich freue mich, dich kennenzulernen.

«Nach zehn Stunden spürst du den Unterschied, nach zwanzig siehst du ihn.» – Joseph Hubertus Pilates

Über Pilates

Bewusst bewegen – stark und entspannt

Pilates stärkt die Körpermitte, verbessert Haltung und Beweglichkeit und passt sich deinem Level an. Ob Einsteiger oder geübt: Der Fokus liegt auf bewusster Bewegung, Atem und Entspannung – für einen starken, entspannten Alltag im Gärtchen und darüber hinaus.

Die Methode ist ganzheitlich und für jeden geeignet: mehr Kraft und Flexibilität ohne Druck, mit spürbarem Effekt. Ideal, wenn du etwas Gutes für Körper und Geist tun willst.

«Auch kleine Muskeln brauchen Liebe.»

Joseph Hubertus Pilates

Angebot & Preise

Kurse in Rüschegg und Belp

Komm in eine offene Gruppe oder buche Privatstunden – Einstieg jederzeit. Kurse bei dir vor Ort (ab 4 Personen) auf Anfrage.

Einzelstunde im Gruppenkurs	CHF 20.00
10er Abo Gruppenkurs	CHF 190.00
Privatstunde	auf Anfrage

Privat & bei dir

Privatstunden auf Anfrage
Ab 4 Personen auch bei dir
(z. B. zu Hause, im Garten)

Am besten anrufen oder mailen – dann
besprechen wir alles in Ruhe:
079 963 89 33

Gruppenkurse

Freitag Belp

09:00–10:00 Uhr

Viva Belp



GUT ZU WISSEN

Einstieg jederzeit möglich – gerne auch
zum Schnuppern.

*Pilates ist für jeden geeignet, unabhängig
von Alter und Fitnesslevel.*

Ich freue mich auf dich!