



Am Stalden 3, 5014 Gretzenbach

www.t-powermove.ch

3.Advents-Sonntag

...en morgue för de...

13.12.2026

09.00 – 11.00 Uhr

mit Tina



...in die spannende Faszienwelt eintauchen...

...Trilo Chi, Yoga-Pilates + Yin Yoga...

**...mit Trilo Chi Flows aufwärmen, mit Yoga-Pilates deine Faszien
erkunden und mit deinem Atem verbinden,
dann mit Yin Yoga Positionen dehnen, loslassen, entspannen...**

Fr. 48.- für Mitglieder / Fr. 60.- für Nichtmitglieder

...mind. Teilnehmerzahl 8 Personen...

...für Mitglieder im sportsnow anmelden / Nichtmitglieder über Homepage Anmeldeformular...

... Handtuch, evtl.frisches T-Shirt und Trinkflasche mitnehmen...

... parkieren bitte im Täliparkplatz unten...

...Ich froie me uf euch alli...