

CLASSES / STUNDEN

Private / Privat

Your lesson is custom-made to address your specific needs and to reach your personal goals. Your training takes place in my fully equipped Pilates studio. The studio is exclusively reserved for you during your lesson.

Deine Stunde ist individuell auf deine Bedürfnisse abgestimmt, so dass du ein optimales Training erhältst und deine persönlichen Ziele erreichst. Das Training findet in meinem voll ausgestatteten Pilates Studio statt. Während deiner Stunde steht das Studio ausschliesslich dir zur Verfügung.

Groups / Gruppen

Tuesday / Dienstag:	10.15 – 11.15h	Beginner/intermediate
	11.45 – 12.30h	Lunch time class – all levels/alle Stufen
	12.30 – 1.15h	Lunch time class – all levels/alle Stufen
Wednesday / Mittwoch:	8.45 – 9.45h	Beginner/intermediate
	10.00 – 11.00h	Intermediate/advanced

General policies / Allgemeine Bedingungen:

- A new student training session is strongly recommended before joining any group class
- Classes are 60 minutes, lunch time classes 45 minutes in length
- 24-hour cancelation policy
- Eine private Einstiegsstunde wird empfohlen, bevor du zu einer Gruppenstunde dazu stösst
- Die Stunden dauern 60 Minuten, Mittagsstunden 45 Minuten
- Abmeldungen sind 24h vor dem Training mitzuteilen