

MEIN



Wunschzettel

Wunsch/Wünsche ankreuzen

- ☐ 5er-Karte (Buchung unter Preise)
- ☐ 10er-Karte (Buchung unter Preise)
- ☐ Easy Monday Moves für deinen Rücken – Pilates und dynamisches Faszientraining
- ☐ Faszien-Mobility
- ☐ FaYo – Faszienyoga
- ☐ HOOP REST FUN – Hula Hoop und entspannendes Yoga
- ☐ Loslaufen: Dein sicherer (Wieder-) Einstieg ins Laufen 8-teilige Kursreihe
- ☐ Loslaufen Postnatal Running Workshop
- ☐ Rückbildung mit Yoga und Pilates
- ☐ Ruhig. Sicher. Stark. – Mentale Geburtsvorbereitung mit Yoga
- ☐ Starke Körpermitte – Training bei Rektusdiastase und Beckenboden-Beschwerden mit oder ohne Baby



www.fitmarie-yogalise.de/wunsch

