

# Balance Ball Yoga®

# Balance Ball Yoga®

Eine neue & innovative Methode Ihre  
Haltung und Beweglichkeit zu verbessern!



Anna Plati Physiotherapeutin  
Mainzer Straße 46 | 66121 Saarbrücken  
+49 (0) 176 842 708 12  
info@anna-plati.de

# Balance Ball Yoga®

*Eine neue & innovative Methode Ihre Haltung und Beweglichkeit zu verbessern!*

*Wenn Sie mit viel Spaß und Freude Ihren Körper neu entdecken wollen, haben wir genau das Richtige für Sie!*

*Balance Ball Yoga ist ein herausforderndes Ganzkörper-Workout bei dem der Spaßfaktor ein wesentlicher Bestandteil ist!*

*Beim Ausführen der Yogapositionen auf dem Balance Ball wird das innere und äußere Gleichgewicht trainiert und Ihr Körper wird in kurzer Zeit von selbst in jeder Bewegung die beste Haltung erlernen!*

*Durch das Balance Ball Yoga-Training werden Ihre Muskeln ganzheitlich beansprucht und Sie werden Ihre längst in Vergessenheit geratenen Energieressourcen neu entdecken!*

*Schenken Sie Ihrem Körper, Ihrem Geist und Ihrer Seele das was sie verdienen – Ruhe, Kraft und Ausgeglichenheit!*

Zertifiziert durch



Chiang Mai, Thailand

## PREISE:

**Schnupperstunde.....12€**

**Einzelstunde.....15€**  
für sporadische Teilnahme an Kursen

**Privatstunde.....40€**  
Termin nach Vereinbarung

**10er Karte.....140€**  
6 Monate gültig

**Monatsabo.....45€**  
2x wöchentlich / Laufzeit: 6 Monate

## KURSZEITEN:

montags von 19:45-20:30 Uhr

mittwochs von 9:00-9:45 Uhr

donnerstags von 18:00-18:45 Uhr

donnerstags von 19:45-20:30 Uhr  
(ausgenommen Feiertage!)

Anna Plati Physiotherapeutin  
Mainzer Straße 46 | 66121 Saarbrücken  
+49 (0) 176 842 708 12  
info@anna-plati.de

