

# P R A X I S M E N Ü 2020

## **Fit und Beweglich über Mittag**

Meggi Schimmer-Plasswilm, dipl. Physiotherapeutin, Rückenfitness-Instruktorin  
Montag 11.40 bis 12.30

## **Rückenfitness**

Meggi Schimmer-Plasswilm, dipl. Physiotherapeutin, Rückenfitness-Instruktorin  
Montag 17.30 bis 18.30

## **Hatha Yoga**

Roman Strübi, Yogalehrer  
Montag 20.15 bis 21.30

## **Spiralstabilisation nach Dr. Smisek**

Cathy Knecht, dipl. Physiotherapeutin, zert. Kinesiologin  
Montag 9.30 bis 10.30  
Dienstag 17.30 bis 18.30

## **Cantienica**

Cathy Knecht, dipl. Physiotherapeutin, zert. Kinesiologin  
Montag 8.30 bis 9.30  
Donnerstag 17.30 bis 18.30

## **Gymfit**

Meggi Schimmer-Plasswilm, dipl. Physiotherapeutin, Rückenfitness-Instruktorin  
Dienstag 18.45 bis 19.45

## **Fit am Vormittag**

Meggi Schimmer-Plasswilm, dipl. Physiotherapeutin, Rückenfitness-Instruktorin  
Mittwoch 9.30 bis 10.20

## **Antara**

Cornelia Weber, dipl. Physiotherapeutin, Antara-Instruktorin  
Mittwoch 19.30 bis 20.30  
(wieder ab dem Herbst 2020)

## **Workshops zur Förderung des Selbstbewusstseins**

Andrea Nigg, dipl. Physiotherapeutin, systemische Transaktionsanalytikerin CTA  
Samstag 10.00 bis 13.00

Die Preise und genaue Infos erfahren Sie auf unserer Homepage oder direkt in der Praxis.  
Wir freuen uns auf Sie.