



Wir feiern Geburtstag!



Am Samstag 8. Juni 2013

laden wir unsere Kunden, Geschäftspartner, Nachbarn, Freunde
und Familie

ganz herzlich ein zum

Open Day

„3 Jahre  PILATES STUDIO“

mit einem abwechslungsreichen Programm rund ums Thema
„Gesundheit, Rücken, Bewegung, Wohlbefinden und Schönheit“.

von 10.00 bis 17.00 Uhr

Feiert mit uns bei einem Gläschen Prosecco, Kaffee und Kuchen!

Und lasst euch inspirieren von interessanten Vorträgen und
Produktvorstellungen oder einfach von einem ungezwungenen Get
Together und netten Gedankenaustausch unter Gleichgesinnten.

Wir freuen uns auf euer Kommen!

Dagmar Mathis-Wiebe und das Pilates Trainerinnen Team

Keep in motion PILATES STUDIO

Sendlingerstraße 56 (Rgb.) 80331 München 089-127 66 109
www.pilates-in-muenchen.de

Programm

| | |
|------------------|--|
| 10.00 Uhr | Herzlich Willkommen! Begrüßung durch Dagmar - Pilates Trainerin und Studioinhaberin |
| 10.30 Uhr | PILATES Quickies – kleine Übungen für zwischendurch mit Dagmar und dem Pilates Trainerinnen Team |
| 11.00 Uhr | Schlank und fit mit der K-A-M-E-L-Formel ein Vortrag mit wertvollen Tipps und Antworten auf Fragen zur erfolgreichen Ernährungsumstellung mit dem damit verbundenen mentalen Erfolg mit Uwe Köhlinger – Personaltrainer, Deutscher Meister Fitness GNBF 2011 |
| 12.00 Uhr | YOGA Intro – kleine Übungen für zwischendurch mit Lena Hösch - Yogalehrerin |
| 12.30 Uhr | Einführung in die homöopathische Behandlung von Sportverletzungen ein Vortrag mit Dr. Wiebke Lohmann – Ärztin für Homöopathie und Leiterin des Zentrums für Komplementärmedizin in Schwabing |
| 13.30 Uhr | YOGA Intro – kleine Übungen für zwischendurch mit Lena Hösch - Yogalehrerin |
| 14.00 Uhr | Jin Shin Jyutsu bei Rückenschmerzen und Ischialgien ein Vortrag mit praktischen Handgriffen zur Selbstbehandlung mit Gudrun Summers – Ärztin im Zentrum für Komplementärmedizin in Schwabing |
| 15.30 Uhr | Pilates Quickies – kleine Übungen für zwischendurch mit Dagmar und dem Pilates Trainerinnen Team |
| 17.00 Uhr | Eine Geburtstagsfeier geht zu Ende... <i>Herzlichen Dank für's Mitfeiern!</i> |

ganztags



Vorstellung von Sport-BHs, Dessous und Bademoden

Schon gewusst? Mit 70%iger Wahrscheinlichkeit trägt jede Frau die falsche BH-Größe! Ein Besuch in einer **Rigby & Peller** Boutique ist ein echtes Aha-Erlebnis. Durch jahrelange Erfahrung und technisches Know-How wird die individuelle Passform ermittelt. Denn deine Lingerie sollte ganz einfach zu dir passen!

Heute gibt es auch die Möglichkeit zur Anprobe!

Give Aways

** solange der Vorrat reicht!*

Bei der traditionellen Firma **Kiehl's** stehen Produktqualität und Kundenservice immer an erster Stelle.

Tipp: Ein Besuch in der Filiale in der Sendlingerstraße 22 für eine individuelle Hautanalyse lohnt sich!

GEWINNSPIEL - Pilates Kleidung von **FILDECOTON**
1. Preis: ein Outfit **2. und 3. Preis:** Einkaufsgutschein

