

EQUILOFT ist Ihr Zentrum für SYPOBA®- und klassisches Pilates-Training in Altendorf am oberen Zürichsee.



IM EQUILOFT TRAINIEREN SIE GANZHEITLICH – FÜR MEHR POWER, AUSGEGLICHENHEIT UND LEBENSFREUDE.



- 1 | SYPOBA®-Training stabilisiert und kräftigt den Körper ganzheitlich.
- 2 | Klassisches Pilates stärkt und formt den Körper und belebt den Geist.

Verfolgen Sie ein klares sportliches Ziel? Möchten Sie etwas für Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden tun? Oder suchen Sie eine geeignete Trainingsform für die Rehabilitation und Genesung? Im EQUILOFT sind alle willkommen – unabhängig von Alter oder Fitnesslevel. Ob mit SYPOBA® oder klassischem Pilates, ob Privatlektion oder Gruppenstunde: Das Training wird auf Ihre Bedürfnisse und Ziele abgestimmt. So können Sie im EQUILOFT in stillvoller Atmosphäre Stress abbauen, neue Energie tanken und Ihre körperliche und geistige Gesundheit nachhaltig

verbessern. Mit viel Erfahrung und Feingefühl fördert EQUILOFT Ihre Gesundheit: Dysbalancen oder Beschwerden werden behoben, sodass Sie Ihr volles Potenzial ausschöpfen können. Unter professioneller Anleitung lernen Sie den achtsamen Umgang mit Ihrem Körper, schärfen Ihren Fokus und steigern Ihre Konzentrations- und Leistungsfähigkeit. Zentral ist bei jedem EQUILOFT-Training stets die Balance – von Körper und Geist, von Kraft und Beweglichkeit, von Fokus und Freude. So gewinnen Sie effizient und ganzheitlich mehr Power, Ausgeglichenheit und Lebensfreude.



Unter kompetenter Anleitung von Physiotherapeutin Madeleine Walser bietet EQUILOFT mit SYPOBA® und klassischem Pilates ein vielfältiges Trainingsprogramm von Privatlektionen bis hin zu Gruppenstunden.

Möchten Sie mehr über die EQUILOFT-Trainings erfahren?

Madeleine Walser ist gerne für Sie da:

+41 79 590 92 47 oder mail@equiloft.ch

EQUILOFT GmbH

Talstrasse 24 | 8852 Altendorf | +41 79 590 92 47 | mail@equiloft.ch | equiloft.ch

