



Verein der Kulturgarten  
[www.der-kulturgarten.ch](http://www.der-kulturgarten.ch)



## OpenAir-Pilates im Kulturgarten Ibach Steinegg

### **Was ist Pilates?**

Die Pilates-Methode ist ein ganzheitliches Körpertraining, in dem vor allem die tiefliegenden kleinen, meist schwächeren Muskelgruppen angesprochen werden, die für eine gesunde Körperhaltung sorgen.

### **Leitung**

Chatrigna Scherrer, Pilates und Famo Fascia Movement Trainerin,  
Physiotherapeutin

### **Daten und Zeitpunkt**

Am 29. April, 27. Mai, 24. Juni, 26. August, 30. September 2026  
jeweils 17.00 Uhr

**Dauer** 60 Min.

**Kosten pro Lektion** 25.- CHF

**Mitbringen** Yogamatte

### **Durchführung**

nur bei trockener Witterung, Auskunft auf Whatsapp-Status von Chatrigna Scherrer 079 456 04 44

### **Anmeldung**

per Whatsapp 079 456 04 44 Chatrigna Scherrer bis jeweils am Vortag,  
17.00 Uhr

### **Ort**

Kulturgarten Ibach Steinegg, vis-à-vis Bärli Bischofberger, es sind nur 1-2 Parkplätze beim Garteneingang vorhanden, bitte mit dem Velo oder zu Fuss kommen.