



EQUILOFT ist das Zentrum für Equibalance- und klassisches Pilates-Training in Altendorf am oberen Zürichsee.



## DAS EFFIZIENTE, GANZHEITLICHE TRAINING FÜR MEHR POWER, AUSGEGLICHENHEIT UND LEBENSFREUDE.



1 | Equibalance-Training stabilisiert und kräftigt den Körper ganzheitlich. 2 | Das Firmentraining wird speziell auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt. 3 | Klassisches Pilates stärkt und formt den Körper und belebt den Geist. 4 | Das Training stärkt das Gemeinschaftsgefühl, fördert Konzentration sowie Motivation und gibt neue Power.

Erfolgreiche Unternehmen investieren viel in die Gesundheit ihrer Mitarbeitenden. Kein Wunder: Gesunde Mitarbeitende sind ausgeglichener, motivierter und leistungsfähiger. EQUILOFT ist Ihr Partner für effiziente, ganzheitliche Firmentrainings, die positiv auf den gesamten Arbeitsprozess wirken. Ob mit Equibalance oder klassischem Pilates: Im EQUILOFT bauen Ihre Mitarbeitenden Stress ab, tanken neue Energie und verbessern ihre körperliche und geistige Gesundheit nachhaltig.

Mit viel Erfahrung und Feingefühl fördert EQUILOFT die Gesundheit in Ihrem Unternehmen: Dysbalancen oder Beschwerden werden behoben, sodass die Teilnehmerinnen und Teilnehmer 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-Firmentraining stets die Balance – von Körper und Geist, von Kraft und Beweglichkeit, von Fokus und Freude.



Unter kompetenter Anleitung von Physiotherapeutin Madeleine Walser bietet EQUILOFT mit Equibalance und klassischem Pilates individuelle Trainingsprogramme speziell für Unternehmen.

Möchten Sie mehr über die EQUILOFT-Firmentrainings erfahren?

Madeleine Walser ist gerne für Sie da: +41 79 590 92 47 oder [mail@equiloft.ch](mailto:mail@equiloft.ch)