

## Kursplan

gültig ab 04.03.2023

<b>Montag</b>	18:00 - 19:00	Pilates
	19:15 - 20:15	Pilates Faszien
<b>Dienstag</b>	08:30 - 09:30	Pilates
	09:45 - 10:30	Pilates Postnatal *
	17:15 - 18:15	Pilates
	18:30 - 19:30	Pilates
<b>Mittwoch</b>	08:30 - 09:30	Pilates
	09:45 - 10:45	Pilates Faszien
	18:00 - 19:00	Pilates
	19:30 - 20:30	Rückenfit
<b>Donnerstag</b>	08:30 - 09:30	Pilates
	09:45 - 10:30	Pilates Postnatal *
	16:30 - 17:30	Dynamic Stretch
	19:15 - 20:15	Rückenfit
<b>Freitag</b>	08:30 - 09:30	Pilates
	10:00 - 11:00	Pilates

\* Pilates Postnatal ist kein durchlaufender Kurs => siehe Kursbeschreibung