

Online-Kursplan'22



gültig ab 08.06.2022
Für online Live-Kurse über Zoom!

Tel. 0163 / 55 21 365

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
09:15-10:15 Pilates I-II		09:30-10:30 Pilates I	09:00-10:00 Pilates I-II	09:00-10:00 Pilates I-II
	10:15-11:15 Pilates II	10:45-11:45 Pilates I-II		
		11:50-12:50 L&B Dehnübungen und Faszienrollen		
			Sommerpause: Mo 04.7. – Fr 15.7. kein Unterricht / kein Büro	
18:00-19:00 Faszientraining				
19:15-20:15 Pilates I-II	19:15-20:15 Pilates II			