

# Online-Kursplan'24



gültig ab 01.08.2024  
Für online Live-Kurse über Zoom!

Inka Liegmann  
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
10:30-11:30 Aktiv im besten Alter I-II <b>erfragen!</b>		10:45-11:45 Pilates I-II		
		17:00-18:00 Faszientraining		
18:00-19:00 Faszienpilates I				
19:15-20:15 Pilates I-II	19:15-20:15 Pilates II			