

# Kursplan



PILATES STUDIO

## Pilates Mattenkurse

Kleingruppen bis 6 Teilnehmer

Sendlinger Straße 56 (1. Stock Rückgeb.) • 80331 München • Tel. 127 66 109

Anmeldung: [www.pilates-in-muenchen.de](http://www.pilates-in-muenchen.de)

Bei erstmaliger Teilnahme vereinbaren Sie bitte telefonisch oder per E-Mail einen **Termin für ein Probetraining**. Wir beraten Sie gerne!

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
08.00 Pilates men's class				10.30 Pilates Rücken Fit	10.30 Pilates Basics
09.00 Pilates 1			14.00 Pilates 1	12.00 Lunch Break Pilates 1 – 2	
		17.00 Pilates 1 – 2	15.15 Pilates postnatal (Rückbildung)		
20.00 Pilates 1	20.15 Pilates Basics	18.00 <b>Pilates zum Schnuppern</b> <i>nur 7,50 € (halber Probetrainingspreis)</i>	16.30 Pilates prenatal (Schwangere)		

- Kursplan **gültig ab 13. September 2010**
- Kursdauer 55 Minuten
- Gruppenkurse finden ab 3 Teilnehmern statt
- verbindliche Anmeldung unter [www.pilates-in-muenchen.de](http://www.pilates-in-muenchen.de)

• **jeden Mittwoch 18.00 Uhr Schnuppertraining! Bitte telefonisch anmelden**  
**089 – 127 66 109**