

# Kleingruppentraining

Pilates Matwork (max. 7 - 8 Teilnehmer)



www.pilates-in-muenchen.de

Sendlinger Str. 56 (Rückgeb.) - 80331 München - Tel. 089-127 66 109

Bei erstmaliger Teilnahme vereinbare bitte einen Termin für ein **Probetraining**. Wir beraten dich gerne!

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
		8:00 Pilates 1	8:30 Pilates RückenFit	9:00 Pilates 1 *	9:30 Pilates Power
9:00 Pilates 1			09:30 Pilates 2		10:30 Pilates Power
		12:00 Lunch Break		12:00 Lunch Break	
	14:30 Pilates 1	Pilates 1	14:30 Pilates 1	Pilates 1	
		17:00 Pilates 1		17:30 Pilates RückenFit	
18:00 Pilates 1	18:00 Pilates 1	18:00 Pilates Basics	18:00 Pilates Basics	18:30 Pilates RückenFit	
19:00 Pilates 1 - 2	19:00 Pilates Basics	19:00 Pilates 1 - 2	19:00 Pilates 1		
20:00 Pilates 1 - 2	20:00 Pilates 1				

gültig ab 10. Sept. 21

\* findet nicht jede Woche statt!

Gruppentrainings finden ab 3 Teilnehmern statt.

Bei nur 2 Teilnehmern reduzieren wir die Dauer auf 45 Min.

Präventionskurse mit Krankenkassenzuschuss

# Kleingruppentraining

Pilates Matwork (max. 8 Teilnehmer)



www.pilates-in-muenchen.de

Sendlinger Str. 56 (Rückgeb.) - 80331 München - Tel. 089-127 66 109

Bei erstmaliger Teilnahme vereinbare bitte einen Termin für ein **Probetraining**. Wir beraten dich gerne!

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
		8:00 Pilates 1	8:30 Pilates RückenFit	9:00 Pilates 1 *	9:30 Pilates Power
9:00 Pilates 1			09:30 Pilates 2		10:30 Pilates Power
		12:00 Lunch Break		12:00 Lunch Break	
	14:30 Pilates 1	Pilates 1	14:30 Pilates 1	Pilates 1	
		17:00 Pilates 1		17:30 Pilates RückenFit	
18:00 Pilates 1	18:00 Pilates 1	18:00 Pilates Basics	18:00 Pilates Basics	18:30 Pilates RückenFit	
19:00 Pilates 1 - 2	19:00 Pilates Basics	19:00 Pilates 1 - 2	19:00 Pilates 1		
20:00 Pilates 1 - 2	20:00 Pilates 1				

gültig ab 10. Sept. 21

\* findet nicht jede Woche statt!

Gruppentrainings finden ab 3 Teilnehmern statt.

Bei nur 2 Teilnehmern reduzieren wir die Dauer auf 45 Min.

Präventionskurse mit Krankenkassenzuschuss

