



KURSPLAN

| Zeit | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag |
|---------------|----------------------------------|-------------------------------------|----------------------------------|-------------------------------------|----------------------------------|
| VORMITTAG | | | | | |
| 8.15 - 9.15 | | Pilates Matte / Geräte | Pilates Matte / Geräte | Pilates Matte / Geräte | Pilates Matte / Geräte |
| 9.30 - 10.30 | | Pilates Personal Training | Pilates Matte / Geräte | Pilates Personal Training | Pilates Matte / Geräte |
| ABENDS | | | | | |
| 17.30 - 18.30 | | | | | |
| 18.45 - 19.45 | Pilates Matte / Geräte | Pilates Matte / Geräte | | Pilates Matte / Geräte | |
| 20.00 - 21.00 | Pilates Matte / Geräte | Pilates Matte / Geräte | | Pilates Matte / Geräte | |