

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
9.30 - 10.45 Pre´Salon	9.30 - 10.45 PS Pilates	9.30 - 10.45 PS Pilates	9.30 - 10.45 PS Pilates	9.30 - 10.45 Yogilates offen	9.30 - 22.00 Einmietg. möglich
11.00 - 12.15 Baby Matinée	11.00 - 12.15 Pilatesausbildg	11.15 - 12.30 BabyMassage	11.00 - 12.00 PS Qi Gong	11.00 - 12.00 Coaching	PilatesSalón Trainerausbildung
		13.00 - 14.15 Yogilates offen			in Modulen Thema siehe Web
17.00 - 18.00 KinderYoga	17.00 - 18.15 Pilates offen	17.00 - 18.15 PS Pilates		17.00 - 18.15 Pré Salon	Mi. 12.30-16.30 Massagen
18.30 - 19.45 PS Hatha Yoga	18.30 - 19.45 Yogilates offen	18.30 - 19.45 PS Pilates	18.30- 19.45 Pilates offen	18.30 - 19.45 Pilates offen	SalónEinzelarbeit mit Vereinbarung
20.00 - 21.15 PS Pilates	20.00 - 21.15 Pilates offen	20.00 - 21.15 PS Pilates	20.00 - 21.15 Yogilates offen		Einmietungen Sa. und So.

Pré-Salón = für Schwangere | Baby Matinée = Pilates nach der Schwangerschaft | Matinée = wechselnde Kurse siehe Web unter Matinée

PS = PräventionsKurse, alle Level, Krankenkassenbezuschung bis zu 85 % z.B.: TK, Barmer - Gek, IHK, IKK, AOK, DAK, BKK's

SalónEinführung = empfehlenswert, wenn Sie noch nie Pilates geübt haben; bitte einen Termin vereinbaren: 030 81 030 846