

Flowing pilates Kursplan

SILKE ROSENDAHL

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Wochenende
Faszien & Pilates 09:00 – 10:15 Feste Kurstermine		Pilates – Rücken 09:00 – 10:15 Offener Kurs		Faszien & Pilates 08:30 – 09:45 Feste Kurstermine	Samstagmorgen jetzt auch Nordic-Walking! Wechselnde Workshop- Angebote
				Pilates* 10:30 – 11:45 AQUARENA	
		Pilates meets Rücken* 18:00 – 19:15 AQUARENA		Pilates- Wochenausklang 18:30 – 19:45 Offener Kurs	

Kursteilnahme nur mit vorheriger verbindlicher Anmeldung möglich!

Kursort: [EWTO-WT-Zentrum](#), Ohlenhohnstraße 15, 53819 Neunkirchen-Seelscheid bzw. AQUARENA in Neunkirchen

*diese Kurse sind nur über die AQUARENA buchbar!