

### **Pilates**

#### **Effektives Training für den gesamten Körper**

Stärken Sie in unseren Kursen Ihre Muskulatur und beugen so Schmerzen vor.

Vergessen Sie für einen Augenblick Ihren Alltagsstress und mobilisieren neue Energie.

Unser neuer Pilateskurs startet:

**Am:** Mittwoch, den 08.10.14

18:30 bis 19:30

**Kosten:** 10er Karte 100,00 Euro

(Die Karte ist 12 Wochen gültig ab Kauf)

**Teilnehmerzahl:** max. 6 Teilnehmer pro Gruppe

Der Kurs findet wöchentlich statt und es ist jederzeit ein Einstieg möglich, vorausgesetzt es sind freie Plätze vorhanden.

Für Informationen und Anmeldung stehen wir Ihnen gerne von Montag – Freitag von 8:00 bis 20:00 Uhr zur Verfügung.