

KURSE

Pilates und Faszientraining

PILATES FITNESS – FÜR FORTGESCHRITTENE

- START: AB 8. JANUAR – 10 TERMINE IMMER DONNERSTAGS
- ZEIT: 9.00 – 9.50 UHR
- PREIS: AB 73 EURO
- GEEIGNET FÜR: PILATES-FORTGESCHRITTENE

PILATES BASIC (60+)

- START: AB MONTAG, 12. JANUAR – 8 TERMINE
- ZWEI KURSE-UHRZEITEN MIT GLEICHEM INHALT
- START 9.00 UHR UND START 10.00 UHR
- PREIS: AB 59 EURO
- ZIELGRUPPE: PERSONEN 60+, IN KLEINER RUNDE

FASZIEN TRAINING

- START: FREITAG, 9. JANUAR
- DAUER: BIS 27. MÄRZ
- ZEIT: 9.15 – 10.00 UHR
- ORT: IN KLEINER RUNDE AUF DEM SPORTPLATZ
- PREIS: AB 72 EURO
- GEEIGNET FÜR: ALLE FITNESSLEVEL

Mehr Infos unter: www.tus1897-saulheim.de