



Aktueller Stundenplan 04. Januar – 28. Juni 2021.

PRAXIS aspect Alle unsere Gruppen werden von Physiotherapeuten geleitet und sind daher Rückengerecht.

täglich selbstständiges Training Reformer & EXO Chair & Gyrotoner & TRX

Montag	09.00-10.00	Basic am Reformer und EXO Chair	Barbara
	16.15-17.15	Pilates all Level am Reformer und EXO Chair	Anke S
	08.00-19.00	Pilates all Level am Reformer und EXO Chair	Anke S
Dienstag	07.50-08.50	Pilates all Level am Reformer und EXO Chair	Anke S
Mittwoch	12.15-13.00	Pilates all Level am Reformer und EXO Chair	Sab/Gi/AS
Donnerstag	06.50 – 07.50	Pilates all Level am Reformer und EXO Chair	Anke S
	07.50 – 08.50.	Pilates all Level am Reformer und EXO Chair.	Anke S
	09.00-10.00	Basic am Reformer und EXO Chair	Barbara
Freitag	09.00 -10.00	Pilates all Level am Reformer und EXO Chair.	Sab/Gi/AS
	12.15-13.00	Basic am Reformer und EXO Chair	Karin

Ab 4 Teilnehmer können wir jederzeit eine neue Gruppe eröffnen – Bitte sprechen Sie uns an