

Pilates

Studio & ONLINE

Dienstags 18.30 - 19.45 Uhr

mit Nicole Grafmüller
Pilates-Trainerin

Wohltuendes Pilates - Das ganzheitliche Training aus der Körpermitte heraus.
Dehnen, kräftigen, fließen, atmen.
Der Kurs ist für Einsteiger und Fortgeschrittene geeignet -
es sind keine Vorkenntnisse nötig.

Start: 01.02. | 4 x 75 Minuten | Ausgleich: 55 € | Anmeldung: info@frau-shanti.de

Frau Shanti Yogastudio :: Hochstrasse 11 :: 79291 Merdingen :: www.frau-shanti.de