

Pilates Quickie

ONLINE

Freitags 8.30 - 9 Uhr

mit Nicole Grafmüller
Pilates-Trainerin

Kurz und knackig. Der perfekte Start in den Tag.
Mit dem Fokus auf Rücken und/ oder Bauch.
Der Kurs ist für Einsteiger und Fortgeschrittene geeignet -
es sind keine Vorkenntnisse nötig.

Start: 04.03. | 8 x 30 Minuten | Paket-Preis 60 € | Einzelticket: 8 €

Anmeldung: info@frau-shanti.de

Die Kursdaten lauten:

04. März
11. März
18. März
25. März
01. April
08. April
29. April
06. Mai