







Kursplan

Gültig ab 04.11.2022




Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
9:00 - 10:00	9:30 - 10:30 Uhr Allegro Level 2 (Nadine)		Matte BEGINNER Ü 60 Level 0 - 1	Matte  Level 1 (Nadine)	9:30 - 10:30 Uhr Allegro Level 1 (Ulla)	10 - 11 Uhr  Allegro Level 0-1 Barre Workout 
10:30 - 11:30			10:15 - 11:15 Uhr  PilaBarre alle Levels (Ulla)	Allegro Level 1 (Nadine)	11 - 12 Uhr Allegro Level 1 (Ulla)	11:15 - 12:15 Uhr  Barre Workout Allegro Level 1
11:00 - 12:00						
14:30 - 15:30						12:30 - 13:30 Uhr  Allegro Level 1
16:00 - 17:00						



Hilbringer Str. 3
66663 Merzig/Ballern

www.pilatesstudio-saar.de
info@pilatesstudio-saar.de

Telefon: 06861 - 908 28 04

	Ulla	Nadine	Ulla	Nadine	Ulla	Nadine	Nadine	Ulla	
17:30 - 18:30	Matte Level 1 - 2	Allegro Level 1 	Allegro Level 2 - 3	Matte Level 1	Barre Workout	Allegro Level 1	Pilates Faszien 	Matte BEGINNER Level 1	
18:50 - 19:50	Allegro Level 2	Pila Barre	Matte YOGI- LATES	Allegro Level 1	Allegro Level 1	Matte BEGINNER Level 0 - 1 	Matte STRET- CHING	Allegro Level 1 - 2	
20:05 - 21:05	Allegro Level 1								

ONLINE & PRÄSENZ

Schwangere sind bei uns recht herzlich willkommen und können an jedem Matten-Kurs Level 0 - I teilnehmen!