



pilateszeit



Treue wird belohnt!

2. 10er-Block -10%  
3. 10er-Block -20%

Vereinbaren Sie noch heute  
Ihren KOSTENLOSEN  
Schnuppertermin!

# PILATESKURSE

## FRÜHLING 2018

Zeit	Kurs	Kursort	Kursgröße	Preis/P.
<b>MONTAG</b>				
07:15	<b>GERÄTE</b> Frühstückspilates (30 min.)	pilateszeit Altmünster	max. 4 Pers.	€ 75,-
07:55	<b>GERÄTE</b>	pilateszeit Altmünster	max. 4 Pers.	€ 150,-
09:00	<b>MATTE INTRO/IDEAL</b> Beginner+	Studio Gmunden	max. 12 Pers.	€ 100,-
10:15	<b>MATTE IDEAL</b> Mittelstufe	Studio Gmunden	max. 12 Pers.	€ 100,-
17:30	<b>MATTE IDEAL</b> Mittelstufe	Studio Gmunden	max. 12 Pers.	€ 100,-
18:30	<b>MATTE CHALLENGE</b> Fortgeschrittene	Studio Gmunden	max. 12 Pers.	€ 100,-
19:30	<b>MATTE INTRO</b> Beginner	Studio Gmunden	max. 12 Pers.	€ 100,-
<b>DIENSTAG</b>				
18:00	<b>GERÄTE</b>	pilateszeit Altmünster	max. 4 Pers.	€ 150,-
19:15	<b>GERÄTE</b>	pilateszeit Altmünster	max. 4 Pers.	€ 150,-
18:30	<b>MATTE MÄNNER</b>	Studio Gmunden	max. 12 Pers.	€ 100,-
19:30	<b>MATTE INTRO</b> Beginner	Studio Gmunden	max. 12 Pers.	€ 100,-
<b>MITTWOCH</b>				
07:15	<b>GERÄTE</b> Frühstückspilates (30 min.)	pilateszeit Altmünster	max. 4 Pers.	€ 75,-
08:00	<b>GERÄTE</b>	pilateszeit Altmünster	max. 4 Pers.	€ 150,-
10:15	<b>GERÄTE</b>	pilateszeit Altmünster	max. 4 Pers.	€ 150,-
12:15	<b>GERÄTE</b>	pilateszeit Altmünster	max. 4 Pers.	€ 150,-
18:35	<b>GERÄTE</b>	pilateszeit Altmünster	max. 4 Pers.	€ 150,-
19:40	<b>GERÄTE</b>	pilateszeit Altmünster	max. 4 Pers.	€ 150,-
17:30	<b>MATTE INTRO</b> Beginner	Studio Gmunden	max. 12 Pers.	€ 100,-
18:30	<b>MATTE IDEAL</b> Mittelstufe	Studio Gmunden	max. 12 Pers.	€ 100,-
19:30	<b>MATTE INTRO</b> Beginner	Studio Gmunden	max. 12 Pers.	€ 100,-
<b>DONNERSTAG</b>				
09:00	<b>MATTE INTRO/IDEAL</b> Beginner+	Studio Gmunden	max. 12 Pers.	€ 100,-
19:30	<b>MATTE INTRO</b> Beginner	Studio Gmunden	max. 12 Pers.	€ 100,-

Kursdauer: 10 x je Kurseinheit 55 min. und nur gegen vorherige Anmeldung!  
Einzel-, Duett- oder Privatgruppentraining sowie Restplätze auch auf Anfrage.

**Gerätetraining auf allen klassischen Pilates-Geräten wie Reformer, Chair, Ladder Barrel und Cadillac!**  
Nähere Infos bei Monika Fercher

### INFOS & ANMELDUNG

Monika Fercher » +43 (0)664 51 66 329 » [info@pilateszeit.at](mailto:info@pilateszeit.at)

Elisabeth Spiessberger » +43 (0)650 34 88 602 » [elisabeth@pilateszeit.at](mailto:elisabeth@pilateszeit.at)

**pilateszeit** Altmünster » Hofstattstraße 12 » 4813 Altmünster

**Studio** Gmunden » Miller-von-Aichholz-Straße 2b, Tür 5 » 4810 Gmunden

[www.pilateszeit.at](http://www.pilateszeit.at)