

# Bewegende Momente!



## PILATESKURSE

**AB MITTWOCH, 27. FEBRUAR 2013**

Zeit	Kurs	Kursort	Kursgröße	Kursdauer	Preis/P.
<b>MITTWOCH</b>					
18.00	<b>PILATES</b> Matte/Beginner *	Kindergarten Altmünster	max. 12 Pers.	10 x 55 Min.	€ 100,-
<b>DONNERSTAG</b>					
08.30	<b>PILATES</b> Matte/Beginner *	Cardeapolis Therapiez. Gmunden	max. 12 Pers.	10 x 55 Min.	€ 100,-
09.30	<b>PILATES</b> für Ü60 *	Cardeapolis Therapiez. Gmunden	max. 12 Pers.	10 x 55 Min.	€ 100,-

\* Anmeldung direkt bei der **TRAINERIN:** elisabeth.spiessberger@yahoo.de » +43 (0)650 34 88 602

**AB MONTAG, 11. MÄRZ 2013**

Zeit	Kurs	Kursort	Kursgröße	Kursdauer	Preis/P.
<b>MONTAG</b>					
17.30	<b>PILATES</b> Matte/Advanced	Kindergarten Altmünster	max. 12 Pers.	10 x 55 Min.	€ 100,-
18.30	<b>PILATES</b> Matte/Beginner	Kindergarten Altmünster	max. 12 Pers.	10 x 55 Min.	€ 100,-
19.30	<b>PILATES</b> Matte/Intermediate	Kindergarten Altmünster	max. 12 Pers.	10 x 55 Min.	€ 100,-

**NEU:** Gerätetraining auf allen klassischen Pilates Geräten wie Reformer, Chair, Ladder Barrel und Cadillac! Näheres dazu auf [www.pilateszeit.at](http://www.pilateszeit.at)

Einzel-, Duett-, oder Privatgruppentraining sowie Restplätze auch auf Anfrage!