

Stundenplan / Gruppenstunden / Kurse - ab Okt 2018

Uhrzeit / Tag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
06:45	--	--	Matte ** (CI)	--	Allegro ** (CI)
08:00	Rolle Basic (Ra)	--	männerSache Matte ** (CI)	Flow Air (Na)	männerSache Allegro ** (CI) PerfectLine ** (Na)
09:00	Matte ** (Na)	Matte * (Na)	Allegro ** (CI)	Faszien m. P. (CI, Na)	
	Duo- und Personaltraining ganztägig nach Terminabsprache möglich Tel. 07545/7841035 - www.pilates-bodensee.de				
16:00	--	--	--	--	--
17:00	Allegro ** (CI)	--	--	Allegro ** (CI)	--
18:00	Matte ** (Na)	Matte ** (Na) Workshop (CI)	Faszien m. P. (CI, Na) FlowX (Ca)	Yoga meets Pilates * (CI) Allegro * (Ra)	Rolle * (Ra)
19:00	Allegro * (CI) PerfectLine ** (Na)	Allegro ** (CI)	PerfectLine ** (Na)	Flow foot (Ra) (Kurs) Flow Air (CI)	--
20:00	--	--	--	--	--
Freies Training	08:00 – 13:00	15:00 – 19:00	15:00 – 18:00 19:00 – 20:00	08:00 – 13:00 15:00 – 17:00	--