

Stundenplan Pilates Training Online LIVE über ZOOM

28.09.2020 – 31.12.2020

(Du kannst bei allen Übungszeiten teilnehmen und erhältst zusätzlich jede Woche 2 Pilates Online Stunden als Aufzeichnung gratis dazu!)

Montag Morgen

07:30 – 08:30 Uhr - Guten Morgen - Einstieg in die neue Woche ☺

Montag Abend

18:30 – 19:30 Uhr

Mittwoch Morgen

07:30 – 08:30 Uhr - Guten Morgen ☺

Freitag Abend

17:30 – 18:30 Uhr - Pilates mit der Pilates **Faszien Rolle**

18:45 – 19:45 Uhr - Wir pilatisieren gemeinsam ins Wochenende hinein ☺