

STUNDENPLAN PILATES MIT ROSE

4.1.2021- 28.2.2021

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
8.15 - 9.15 Monday morning Pilates on the Mat Level 1+2 ONLINE		8.15 - 9.15 Uhr Faszienpilates Level 2+3 ONLINE		8.15 - 9.15 Pilates flow Classical Mat ONLINE	
9.30 - 10.30 Faszienpilates Alle Level ONLINE			9.30 - 10.30 NEW !!!! PILATES in ENGLISH ONLINE	9.30 - 10.30 Faszienpilates Alle Level ONLINE	
10.45 - 11.45 NEW !!! Pilates Prenatal ONLINE		10.45 - 11.45 NEW !!! Postnatal Pilates zur Rückbildung ONLINE			
	20.15 - 21.15 Pilates Flow Classical Mat Level 2 - 3 ONLINE		20.15 - 21 15 FaszienPilates Classical Mat Level 1 - 2 ONLINE		