

| <b>Zeiten</b> | <b>montags</b>         | <b>dienstags</b>    | <b>mittwochs</b>     | <b>donnerstags</b>  | <b>Info</b> |
|---------------|------------------------|---------------------|----------------------|---------------------|-------------|
| 09 – 10 h     | 53R1-1 Pilates         | ----                | 53R3-1 Pilates       | 53R4-1 Pilates      | 09 – 10 h   |
| 10 – 11 h     | 54R1-1 Sanftes Pilates | ----                | 54R3 Sanftes Pilates | 53R4-2 Pilates      | 10 – 11 h   |
| 18 – 19 h     | 53R1-2 Pilates         | 53R2-1 Pilates      | 52R3 Prime Pilates   | 53R4-3 Pilates      | 18 – 19 h   |
| 19 – 20 h     | 53R1-3 Pilates         | 53R2-2 Pilates      | ----                 | 53R4-4 Pilates      | 19 – 20 h   |
| 20 – 21 h     | 53R1-4 Pilates         | 53R2-3 Pilates      | ----                 | 53R4-5 Pilates      | 20 – 21 h   |
| 21 – 22 h     | ----                   | 55R2 Männer-Pilates | ----                 | 55R4 Männer-Pilates | 21 – 22 h   |
| 3. Quartal    | ab 11.09.17 - 13x      | ab 12.09.17 - 13x   | ab 13.09.17 - 13x    | ab 14.09.17 - 13x   | je 90 Euro  |

Leitung: Katrin Seidel - Gymnastiklehrerin und zertifizierte Pilatestrainerin  
 Kursort: Sporthalle Bergscheid (Sous-sol), Raeren



**Pilateskurse der zeitKreis VoG, Hauptstr. 82, Raeren · Kto. 731-0025846-19, IBAN: BE39 7310 0258 4619, BIC: KREDBEBB**