

08/21



Judith Reismann
Pilates Studio Recklinghausen

Kursplan
Samstags

Montags

8.30 bis 9.30 Uhr
Pilates Mittelstufe

9.30 bis 10.30 Uhr
Pilates Ü 55

10.45 bis 11.45 Uhr
Pilates Mittelstufe

16.30 bis 17.30 Uhr
Pilates Mittelstufe

17.45 bis 18.45 Uhr
Pilates Mittelstufe

18.00 bis 19.00 Uhr
Pilates für alle

19.00 bis 20.00 Uhr
Pilates Mittelstufe

19.15 bis 20.15 Uhr
Pilates für alle

20.00 bis 21.00 Uhr
Pilates Mittelstufe

Dienstags

8.30 bis 9.30 Uhr
Pilates Mittelstufe

9.45 bis 10.45 Uhr
Pilates für alle

-

17.00 bis 18.00 Uhr
Pilates für alle

17.15 bis 18.15 Uhr
Pilates für alle

18.15 bis 19.15 Uhr
Pilates für alle

18.30 bis 19.30 Uhr
Pilates für alle

19.30 bis 20.30 Uhr
Pilates Mittelstufe/Kurs 1

19.30 bis 20.30 Uhr
Pilates Mittelstufe/Kurs 2

Mittwochs

8.30 bis 9.30 Uhr
Pilates für alle

09.45 bis 10.45 Uhr
Pilates für alle

-

16.30 bis 17.30 Uhr
Pilates Mittelstufe

17.45 bis 18.45 Uhr
Pilates Mittelstufe

18.00 bis 19.00 Uhr
Pilates für Teens

19.00 bis 20.00 Uhr
Pilates für alle

19.15 bis 20.15 Uhr
Pilates für alle
(in Planung/Anmeldungen
erwünscht)

Donnerstags

8.30 bis 9.30 Uhr
Pilates Mittelstufe

8.30 bis 9.30 Uhr
Pilates Mittelstufe

9.45 bis 10.45 Uhr
Pilates für alle

9.45 bis 10.45 Uhr
Pilates Mittelstufe

17.00 bis 18.00 Uhr
Pilates für alle

17.45 bis 18.45 Uhr
Pilates Mittelstufe

18.15 bis 19.15 Uhr
Pilates für alle

19.00 bis 20.00 Uhr
Pilates Mittelstufe

19.30 bis 20.30 Uhr
Pilates Mittelstufe

Freitags

8.00 Uhr bis 9.00 Uhr
Pilates für alle

8.30 Uhr bis 9.30 Uhr
Pilates für alle

9.15 Uhr bis 10.15 Uhr
Ü55 Männer

9.45 bis 10.45 Uhr
Pilates für alle

16.15 bis 17.15 Uhr
Pilates Mittelstufe