

KURSPLAN 2026



DEN IMMER
AKTUALISIERTEN
STUNDENPLAN
FINDET IHR HIER:



MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO
	<p>9:30–10:30 * PILATES MATTE</p>	<p>9–9:50 REFORMER TRAINING</p> <p>10–11* PILATES POSTNATAL</p> <p>11:30–12:30 *** BETRIEBSSPORT (GESCHLOSSENE GRUPPE)</p>	<p>8:15–9:00 * PILATES MORNINGFLOW</p> <p>9:15–10 * REFORMER TRAINING</p> <p>11:30–14 FREIE SLOTS FÜR PERSONAL TRAINING</p>	<p>9–10:15 YIN YANG YOGA</p> <p>10:30–13 FREIE SLOTS FÜR PERSONAL TRAINING</p>	<p>10:15–11:15 ** REFORMER ON THE MAT</p> <p>11:30–12:30 ** REFORMER TRAINING</p> <p>10–15 REGELMÄßIGE TAGESRETREATS</p>	<p>10:15–11:15 * PILATES MATTE</p> <p>11:30–12:30 REFORMER TRAINING</p> <p>15–18 REGELMÄßIGE SPECIALS</p>
<p>17–18 * PILATES BACK TO BASICS/55+</p> <p>18:15–19:15 * PILATES MATTE</p> <p>19:30–20:30 YIN YANG YOGA</p> <p>20–21 REFORMER TRAINING</p>	<p>17–18 * PILATES PRENATAL</p> <p>18:30–19:30 REFORMER TRAINING</p> <p>19:45–20:45 * FASZIEN PILATES SPINEFITTER, ROLLE & CO</p>	<p>17:15–18:15 PILATES PRÄVENTION</p> <p>18:30–19:30 PILATES PRÄVENTION</p> <p>19:45–20:45 PILATES ADVANCED</p> <p>17–21 SPECIALKURSE IN DEN SOMMERFERIEN</p>	<p>17–18 PILATES PRÄVENTION / BACK TO BASICS</p> <p>18:15–19:15 REFORMER TRAINING</p>	<p>18–20 * WECHSELNDE SPECIALS</p>		

* auch als Onlinestream
** neu ab Mitte April
*** nur im 2. Halbjahr

**Frühlings-
erwachen**
12 EINHEITEN FÜR
180 €
6 EINHEITEN FÜR
95€