

NEUER WORKSHOP PILATES

WANN

**immer dienstags
13:30 – 14:30 Uhr**

12 x 1 Std. ab 08. September 2020

**Termine: 08.09.; 15.09.; 22.09.; 29.09.; 20.10.; 27.10.;
03.11.; 10.11.; 17.11.; 24.11.; 01.12.; 08.12.;**

WO

**TV Eschersheim
Sportsaal**

Maybachstr. 14, 60433 Frankfurt

**Sport • ist • im • Verein • am • schönsten •
• Machen • Sie • bei • uns • mit •**

WWW.TURNVEREIN-ESCHERSHEIM.DE



INHALT

Pilates ist eine Trainingsmethode um das Körperbewusstsein und die tiefliegenden Muskeln zu trainieren. Es verbessert die Haltung, dehnt die Muskulatur, Bewegungen werden geschmeidiger und anmutiger.

Vom Laien bis zum Leistungssportler, jeder kann vom Pilates-Training profitieren!

TRAINERIN

Andrea Volkwein

KOSTEN

**48,00 € Mitglieder
120,00 € Nicht-Mitglieder**

BEZAHLUNG

bitte erst nach Erhalt der Teilnahmebestätigung

ANMELDUNG

**Anmeldeschluss:
25.08.2020**

zur Anmeldung bitte das Anmeldeformular verwenden.