



Bettina Weber
Pilates und Bewegung

Anmeldung unter
info@bw-bewegung.de

KURSPLAN AB NOVEMBER 2023

Veranstaltungsorte

- 1 Online Stream
- 2 TanzRaum
Böhringer Str. 50 (UG)
78315 Radolfzell

Basis Level = Grundlagen
Level 1 = Anfänger
Level 2 = Mittelstufe
Level 3 = Fortgeschrittene
Master Level = Profis

Open Level = Alle

Montag		Mittwoch	
		<p>QiGong – Meridian Stretch 08:30 – 09:30 Uhr Open Level</p>	<p>Faszien Pilates 09:45 – 10:45 Uhr Open Level</p>
<p>Pilates Matte 17:30 – 18:30 Uhr Level 1 – 2</p>	<p>Pilates Spine Corrector 18:45 – 19:45 Uhr Level 1 – 2</p>	<p>Pilates Matte 17:30 – 18:30 Uhr Level 2</p>	<p>Vinyasa Yoga Flow 18:45 – 19:45 Uhr Level 2</p>