

# Kurszeiten- Frühjahr 2019

Uhrzeit	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
	<i>unten - 1.OG</i>	<i>oben - 4. OG</i>	<i>unten - 1.OG</i>	<i>oben - 4. OG</i>	<i>unten - 1.OG</i>	<i>oben - 4. OG</i>	<i>unten - 1.OG</i>	<i>oben - 4. OG</i>	<i>unten - 1.OG</i>	<i>oben - 4. OG</i>
9 – 10			Matte §20 Präventionskurs	Allegro 2		Matte/Allegro §20	Matte §20 Präventions- kurs/1	Allegro Einsteiger/1	Matte 2	Allegro 1
10.15 - 11.15	Matte §20 Präventions- kurs/1		Matte §20 Präventionskurs sanft		Matte §20 Präventionskurs	Allegro 2		Allegro Einsteiger	Matte Einsteiger/1	Allegro Einsteiger/ 1
11.30 - 12.30						Allegro Einsteiger/1				
16-17					Matte §20 (16.00-17.00)	Allegro 1 (16.00-17.00)				
17-18	Matte 1	Allegro 1	Matte §20 Präventions- kurs		Matte 1-2 (17.15-18.15)	Matte/Allegro §20 (17.15-18.15)	Matte §20 Präventions- kurs	Allegro 1	Matte 1-2 (16.30-17.30)	Matte/Allegro §20 (16.30-17.30)
18.15 – 19.15	Matte 2-3	Allegro 1	Pilates für Männer	Allegro 1		Allegro 2 (18.30-19.30)	Matte 1-2	Allegro 2	Matte 1-2 (17.45 – 18.45)	Allegro 1-2 (17.45 – 18.45)
19.30 – 20.30	Matte 1	Matte 2	Matte 2	Matte/Allegro Kombi (19.45-20.45)	Matte 1 (19.45 – 20.45)			Allegro 1		Allegro 1 (19.00-20.00)
* <b>Wochenende:</b> 1-2 x im Monat samstags von 11 bis 12 h & von 12.15 bis 13.15, sowie teils sonntags von 10.30 h bis 11.30 h & 11.45 bis 12.45 h finden Sonderkurse statt. Siehe Aushänge.										

\*\* **Wichtiger Hinweis:** Sie möchten das Studio besichtigen und/oder wünschen eine Beratung? Während der Kurszeiten und des Personal Trainings ist dies leider nicht möglich. Gerne können Sie einen unverbindlichen Termin unter [0251-39655838](tel:0251-39655838) oder am liebsten per-mail [info@pilateszentrum-muenster.de](mailto:info@pilateszentrum-muenster.de) vereinbaren. Vielen Dank für Ihr Verständnis.