

Pilates für Einsteiger

CARLA
bewegt

3-wöchiger Einsteigerkurs ab 13.1.2020

- Mo 19:10-20:10
- 3 Termine: 13.1.20, 20.1.20, 27.1.20
- Kursbeitrag (3x60 Min.): €45,-

Ein **individueller Einstieg** ist auch durch Einzelstunden möglich.



Personal Training

individuelles - auf persönliche Bedürfnisse und Ziele abgestimmtes - Training auf Geräten (Reformer, Tower, Chair, Springboard, SpineCorrector/Arc) und auf der Matte

- Termine nach Vereinbarung
- Einzelstunde €60,-/ 10er Block €550,- / 5er Block €290,-
- Duett-Stunde €35,-/Person / 10er Block €330,-/Person

Studio für ganzheitliche Bewegung

Kurse - Workshops - Personal Training

Mag. Carla Gößeringer
2542 Kottingbrunn, Hauptstr. 51
office@carlabewegt.at
Tel. 0650 - 62 11 791



www.carlabewegt.at