

online buchen!

PILATES

Sommer-Kurs mit 4 Einheiten

Mi | 25.07. / 01.08. / 08.08. / 15.08. | 18:00 - 18:55

SSC-KITA/HALLE UNTEN

mit Alwina Möricke

Pilates ist ein ganzheitliches Körpertraining zur

- * Stärkung der Muskulatur vor allem der in der Körpermitte tiefliegenden Stützmuskulatur rund um die Wirbelsäule
- * Steigerung von Kondition und Bewegungskoordination
- * Verbesserung der Körperhaltung und Erhöhung der Körperwahrnehmung sowie Bewusstmachung der Atmung

SSC-Mitglied: 10,00 € | 4 x

Gast: 33,00 € | 4 x

ssc-karlsruhe.de

SSC Karlsruhe

Am Sportpark 5 · 76131 Karlsruhe

Telefon: 0721 / 9 67 22 - 0

E-Mail: team@ssc-karlsruhe.de

Bürosprechzeiten:

Mo-Fr 10:00-12:00 + 15:00-17:00

Di 10:00-12:00 + 15:00-19:00

