



WMTV SOLINGEN

Adolf-Clarenbach-Str. 41, Solingen-Wald, Telefon 0212-31 85 97

**ab 07.10.2023
Neues Kursangebot**



Pilates

In dieser Stunde erlernen Sie Übungen aus dem Pilates.
Muskelkontrolle, Flexibilität, Koordination und Kraft
und gesunde Atmung stehen im Mittelpunkt
dieser sanften ganzheitlichen Methode.

Samstag ab 07.10. – 09.12.2023 (= 10 Termine)

Uhrzeit: 10.00 – 11.00 Uhr

Ort: Multifunktionsraum WMTV
Eingang hinter dem Studio

Anmeldung telefonisch WMTV Geschäftsstelle oder
per e-mail info@wmtv.de

Kosten: 20,00 € - für Mitglieder
60,00 € - für Nichtmitglieder

Leitung: Claudia König