



[A] Kirchengasse 17/12, 1070 Wien

[T] 0650 5236793

[M] info@MyPreventionTrainer.com

[W] www.MyPreventionTrainer.com

Sommerkurse 2023



Pilates

Pilates sport

Di 19:00 – 19:50: 30.5., 6., 13., 20., 27.6., 4., 11.7., 22., 29.8., 5., 19., 26.9.2023

Pilates für Haltung und Wirbelsäule

Mi 18:30 – 19:20: 7., 14., 21., 28.6., 5., 12.7., 16., 23., 30.8., 6., 20., 27.9.2023

Kosten Pilates:

- Kurs: EUR 150,-- / Person
- Sommer-10er: EUR 135,-- / Person
- Einzeltermine EUR 17,-- / Person

Kursort ist von 30.5. – 6.9. das Gelände der Gartenwerkstadt am Dach der WIPARK-Garage Windmühlgasse (Treffpunkt Eingang Mariahilferstraße 47, Dienstag 19:00, Mi 18:25). Bei Schlechtwetter finden die Kurse in der Kirchengasse statt.

Ein Wechseln zwischen den Kursen am Dach, etwa um den 10er auszunützen, ist jederzeit möglich.

Für alle Neu- und WiedereinsteigerInnen: Ab Ende Mai (Termine 30. oder 31.5.) gibt es die Möglichkeit bei trockenem Wetter eine Schnupperstunde am Dach zu besuchen!

Functional Training

Functional Training intermediate:

Mo 18:30 – 19:30

Functional Training sport:

Di 17:45 – 18:45

- Kosten:
- Functional Training: 10 Einheiten EUR 170,--/Person
 - Einzeltermine Functional Training EUR 20,-- / Person nach Platzverfügbarkeit

Die Kurse finden ab drei angemeldeten Teilnehmern statt. Anmeldung bitte vorzugsweise per e-mail oder SMS unter Angabe des Namens und des gewünschten Kurses.

Ich freu mich auf Dich!



Uschi

