



PILATESSTUDIO

Silvia Rellstab

MAT CLASS PILATES | PERSONAL TRAINING | BARRE CONCEPT | SPIRALDYNAMIK

STUNDENPLAN

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
	08:30 - 09:30 Uhr Pilates Mat Class für alle mit Silvia	08:30 - 09:30 Uhr Pilates Mat Class für alle mit Petra	08:30 - 09:30 Uhr Pilates Mat Class für alle mit Silvia	8:30 - 09:30 Uhr Pilates Mat Class für alle mit Petra	9:30 - 10:30 Uhr Bodhi Suspension* max. 4 Personen mit Silvia/Petra
10:00 - 12:00 Uhr Personal-Training mit Silvia	10:00 - 11:00 Uhr Pilates Mat Class für alle mit Silvia		10:00 - 11:00 Uhr Pilates Mat Class für alle mit Silvia	09:45 - 10:45 Uhr Barre Concept für alle mit Petra	
17:20 - 18:20 Uhr Pilates Mat Class für Alle mit Petra	12:00 - 13:00 Uhr Pilates Mat Class für alle mit Silvia		12:45 - 16:00 Uhr Personal-Training mit Silvia		
18:45 - 19:45 Uhr Pilates Mat Class für alle mit Petra	18:30 - 19:30 Uhr Pilates Mat Class für alle mit Silvia	18:45 - 19:45 Uhr Pilates Mat Class für alle mit Petra	18:30 - 19:30 Uhr FAMO-Pilates Mat Class mit Petra		
20:00 - 21:00 Uhr Pilates Mat Class für alle mit Petra	20:00 - 21:00 Uhr Bodhi Gruppentraining mit Silvia	20:00 - 21:00 Uhr Barre Concept für alle mit Petra	19:45 - 20:45 Uhr FAMO-Pilates Mat Class mit Petra		

Absagen: Bis 24 Stunden vor Lektionsbeginn werden nicht verrechnet. Innerhalb von 24 Stunden wird die Lektion ausnahmslos berechnet!

Reformer-Training @Cult-Pilates Studio, Au-Wädenswil

Mittwoch	Freitag
09:00 - 10:00 Uhr Reformertraining max. 5 Personen mit Silvia	09:00 - 10:00 Uhr Reformertraining max. 5 Personen mit Silvia

Absagen: Bis 24 Stunden vor Lektionsbeginn werden nicht verrechnet. Innerhalb von 24 Stunden wird die Lektion ausnahmslos berechnet!