

Matwork Höst 2019

DAG	TID	NIVÅ	ANTAL GGR	PRIS	PERIOD	INSTRUKTÖR
Måndag	12.00	I	19	4750 kr	12/8-16/12	Eva
Måndag	17.30	Ny	16	4000 kr	2/9-16/12	Kristina
Måndag	19.00	I/II	19	4750 kr	12/8-16/12	Kristina
Tisdag	17.30	II	19	4750 kr	13/8-17/12	Mia
Tisdag	19.00	I	19	4750 kr	13/8-17/12	Mia
Onsdag	17.30	I	19	4750 kr	14/8-18/12	Kjersti
Onsdag	19.00	Ny	15	3750 kr	11/9-18/12	Kjersti
Torsdag	19.00	I	15	3750 kr	12/9-19/12	Susie

Ny = Nybörjargrupp

Nivå I = Fortsättning

Nivå I/II = Du bör ha tränat Pilates i minst 1 år och därmed ha kunskap, styrka och rörlighet för att gå vidare.

Nivå II = Du bör ha tränat Pilates i mer än 1 år och därmed ha kunskap, styrka och rörlighet för att gå vidare på en mer avancerad nivå.

Kursstart sker fr o m vecka 33 under Hösten 2019.

Pris 250 kr/gång. Kursen betalas som engångssumma.

Max antal deltagare 7 st/ träningstillfälle, minst 4 för att starta grupp.

Introduktion är obligatorisk för nya kunder, den bokas separat

Missade träningstillfällen sjukintyg gäller för att ta igen under kursperioden

Notera att det alltid finns möjlighet att börja under pågående kursperiod i mån av plats, vi försöker få in dig i grupp som är lämplig.