

Matwork Höst 2019

DAG	TID	NIVÅ	ANTAL GGR	PRIS	PERIOD	INSTRUKTÖR
Måndag	12.00	I	18	4500 kr	19/8-16/12	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	I	19	4750 kr	13/8-17/12	Mia
Tisdag	19.00	II	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	Ny	7	2000 kr	19/9-31/10	Susie
Torsdag	19.00	Ny	7	2000 kr	7/11-19/12	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.

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.