

Matwork Vår 2021

DAG	TID	NIVÅ	ANTAL GGR	PRIS	PERIOD	INSTRUKTÖR
Måndag	12.00	I	planerad	senare i vår		Eva
Måndag	17.30	Ny	8	2000 kr	25/1 - 15/3	Kristina
Måndag	17.30	Ny	9	2250 kr	22/3 - 31/5	Kristina
Måndag	19.00	I/II	20	5000 kr	11/1 - 31/5	Kristina
Tisdag	17.30	II	20	5000 kr	12/1 - 25/5	Mia
Tisdag	17.30	I	20	5000 kr	12/1 - 25/5	Mia
Onsdag	17.30	I	10	2500 kr	13/1 - 17/3	Madelen
Onsdag	17.30	I	10	2500 kr	24/3 - 26/5	Madelen
Onsdag	19.00	Ny	8	2000 kr	10/2 - 31/3	Madelen
Onsdag	19.00	Ny	8	2000 kr	7/4 - 26/5	Madelen

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 2 under Våren 2021.

Pris 250 kr/gång. Kursen betalas som engångssumma.

Max antal deltagare vi följer FHM rek, just nu 5 st/ träningstillfälle

Introduktion är obligatorisk för nya kunder, den bokas separat

Missade träningstillfällen tas igen under kursperioden i lämplig grupp i mån av plats

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.