

Matwork Höst 2021

DAG	TID	NIVÅ	ANTAL GGR	PRIS	PERIOD	INSTRUKTÖR
Måndag	17.30	Ny	8	2320 kr	30/8-18/10	Kristina
Måndag	17.30	Ny	9	2610 kr	25/10-20/12	Kristina
Måndag	19.00	I/II	20	5800 kr	9/8-20/12	Kristina
Tisdag	17.30	II	20	5800 kr	10/8-21/12	Mia
Tisdag	19.00	I	20	5800 kr	10/8-21/12	Mia
Onsdag	12.00	I	8	2320 kr	1/9-20/10	Hanna
Onsdag	12.00	I	9	2610 kr	27/10-22/12	Hanna
Onsdag	17.30	I	10	2900 kr	11/8-13/10	Hanna
Onsdag	17.30	I	10	2900 kr	20/10-22/12	Hanna
Onsdag	19.00	Ny	7	2030 kr	15/9-27/10	Hanna
Onsdag	19.00	Ny	8	2320 kr	3/11-22/12	Hanna

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 32 under Hösten 2021.

Pris 290 kr/gång. Kursen betalas som engångssumma.

Max antal deltagare 7 st/ träningstillfälle.

Introduktion är obligatorisk för nya kunder, den bokas separat

Missade träningstillfällen tas igen på annan kurs under kursperioden i mån av plats, måste bokas.

COVID 19 vi följer FHM rekommendationer

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.