



körper · klang · seele

Stabilität

Beweglichkeit

Kraft

Dehnung

Entspannung

Haltung

Gleichgewicht

Neue Kurse

# Pilates

Gruppenkurse: Anfänger & Fortgeschrittene  
Gerätetraining: Einzel · Duo · Trio  
Weitere Infos unter [www.koerper-klang-seele.de](http://www.koerper-klang-seele.de)

# Bring Dich in Balance!



körper · klang · seele

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
8.00 - 12.00 Einzel/Duo/Trio	8.00 Gruppe	8.00 - 12.00 Einzel/Duo/Trio	8.00 - 9.00 Einzel/Duo/Trio	8.00 - 14.00 Einzel/Duo/Trio
	9.00 Gruppe		9.00 Gruppe	
	10.00 - 12.00 Einzel/Duo/Trio		10.00 - 12.00 Einzel/Duo/Trio	
14.00 - 18.00 Einzel/Duo/Trio	14.00 - 18.00 Einzel/Duo/Trio	14.00 - 17.00 Einzel/Duo/Trio	14.00 - 18.00 Einzel/Duo/Trio	14.30 Gruppe
		17.30 Gruppe		16.30 Gruppe
18.30 Gruppe		18.30 Gruppe	18.30 Gruppe	17.30 Gruppe
19.30 Gruppe	19.30 Gruppe	19.30 Gruppe	19.30 Gruppe	18.30 Gruppe

Studio für Pilates und Balance Control . Gartenstr. 10 . 76133 Karlsruhe . Tel 0721-38 42 144  
Pilates Matten- und Gerätetraining: Einzel · Duo · Trio · Gruppe, Entspannung, Coaching