

Pilates

Pilates Training zielt durch die Kombination von Dehn- und Kräftigungsübungen darauf ab, ein kräftiges Körperzentrum aufzubauen, Muskeln zu stärken und zu formen, sowie die Haltung zu verbessern. Der Erfolg ist innerhalb kurzer Zeit sichtbar.

Termin

auf Anfrage

Kursdauer

10 Wochen / 10 Zeitstunden

Teilnehmerzahl

Mindestens 7 Personen

Ort

Seminarräume: Marschweg 81 in Oldenburg

Preis

85,00 Euro zzgl. 19% MwSt. / pro Person (Der Kursgebühren werden von einigen gesetzlichen Krankenkassen zum Teil erstattet. Erkundigen Sie sich bei Ihrer Krankenkasse.)