

# AKTIV POSTEN Kurse



## Aktuelle Kurse

Finde Deine Balance und bleib gesund!  
 Alle Kurse finden in kleinen Gruppen statt,  
 max. 10 Teilnehmer.  
 AKTIV POSTEN 2010 - 5 Jahre für Deine Gesundheit

## Kursübersicht - Zeit für Dich!

Montag				
Dienstag				
	10:30 - 11.25 Pilates I**		19:50 - 21:00 HathaYoga**	
Mittwoch				
		19:00 - 19:50 Pilates I**	20:00 - 21:00 Pilates II**	
Donnerstag				
	10:30 - 11.25 Pilates I*	19:30 - 20:30 TriloChi**		
Freitag				
Samstag				
wechselnde Workshops / Pilates Intro; nach Aushang und nach Vereinbarung				

\*Hatha Yoga/Pilates/TriloChi vom 08./09./10.06. - 27./28./29.07.2009, 8 Einheiten  
 Die Anmeldung ist verbindlich und innerhalb von zwei Wochen zu zahlen, sonst verfällt sie.

Kurs- und Preisänderungen vorbehalten / Stand: April 2010



**Aktiv Posten - Raum mit Bewegung**  
 Schillerstraße 1/6  
 89077 Ulm

Fon: 07 31 . 60 26 901  
 info@aktiv-posten.de  
 www.aktiv-posten.de