

# 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 13./14./15.04. - 18./19./20.05.2009, 6/5 Einheiten  
Die Anmeldung ist verbindlich und innerhalb von zwei Wochen zu zahlen, sonst verfällt sie.

Kurs- und Preisänderungen vorbehalten / Stand: März 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