

Pilates

Ihr Weg zu mehr Kraft und Wohlbefinden.

www.katharina-hieke.de

Die Körperwahrnehmung wird verbessert,
der ganze Körper wird gestrafft
und Kraft, Flexibilität, Gleichgewicht
und Ausdauer werden trainiert.



Kontakt

Katharina Hieke

Monschauerstr. 26
52385 Schmidt
Tel.: 02474-998674
Mobil: 0171-6843846
k.hieke@gmx.de

www.pilates-katharina.de

Kurse

Anfänger und Fortgeschrittene **Euro 60,00**
Die Kursdauer beträgt 10 Wochen

Mittwochs in Hürtgen

1. Kurs: 19.00 - 20.00 Uhr
2. Kurs: 20.00 - 21.00 Uhr
„Alte Schule“
Höhenstr. 62
52393 Hürtgenwald

Donnerstags in Simmerath und Schmidt

1. Kurs: 18.30 - 19.30 Uhr
Hebammen Praxis
Rita Greuel
Fuggerstr. 21-25
52152 Simmerath

1. Kurs: 20.00 - 21.00 Uhr
kath. Kindergarten Schmidt
Im Sief 10
52385 Nideggen

Für Ihre erste Anmeldung erhalten Sie 5 Euro Rabatt
Einzeltraining ist nach Absprache möglich.
Nähere Informationen erhalten Sie telefonisch oder
im Internet.