

# KURSE

*Christina Skade*

## DIENSTAG

alle Kurse auf der **Riesaer Straße 56**

9:15

### **Pilates mixed**

mit Kind möglich

17:10

### **Pilates mixed**

18:20

### **Pilates mixed**

19.30

### **Pilates Männer**

## MITTWOCH

alle Kurse in **Altweixdorf 24**

9:30

### **Pilates mixed**

mit Kind möglich

10:50

### **Pilates light**

45 min

18:10

### **Pilates Frauen**

19:20

### **Pilates Männer**

20:30

### **Pilates mixed**

## DONNERSTAG

Kursort siehe Kurszeit

11:45

### **Pilates mittags**

Sagarder Weg 5  
Physiotherapie

17:20

### **Pilates light**

45 min

18:10

### **Pilates mixed**

Hohenbusch-Markt 1,  
Phvsiotherapie Franke

19:30

### **Pilates mixed**

Sagarder Weg 5  
Praxis Heilende Hände

Einzel- &  
Einführungs-  
stunden  
nach  
Absprache

Anmeldung  
unter

**info@praxis-  
skade.de**

oder

**0173 9496855**