

	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	zaterdag
09.15-10.15		mat 2			mat 5	Franklin Methode Workshops zaterdag van 10.00-12.30
10.30-11.30		mat 4			mat 3	20 januari WAAR JE VOETEN JE BRENGEN
11.45-12.45					mat 2	17 februari IN ONTWIKKELING - van ééncellig wezen naar lopen en staan
13.30-14.30					mat 3	17 maart BELEVING IN BEWEGING - je zintuigen en meer
16.15-17.15			mat 4	mat 1		14 april BALANS TUSSEN SCHOUDERS EN HANDEN
17.30-18.30			mat 3	mat 3		26 mei RUIJTE IN EN OM JE HEEN
18.45-19.45			mat 5	mat 4		23 juni PSOAS TRAINING VOOR EEN SOEPELE RUG
<b>website:</b>			<b>e-mail</b>			<b>telefoon</b>
www.pilatesgroningen.nl			info@pilatesgroningen.nl			06-2016 32 98
www.franklin-methode.nl			info@franklin-methode.nl			
www.studionoraknol.nl			info@studionoraknol.nl			
www.al-nour.nl			info@al-nour.nl			

	<b>data</b>	<b>aantal lessen</b>	<b>prijs</b>	<b>afmelden</b>	<b>inhalen gemiste lessen</b>
<b>Pilates</b>	9 januari t/m 1 juni 2018 dinsdag en vrijdag 17 x woensdag en donderdag 18 x	17 x 18 x	€ 178,50 € 189,--	van te voren via mail, sms of telefoon	na overleg tussen 9 januari en 1 juni 2018
<b>Vakantie / geen les</b>	26 februari t/m 2 maart 23 en 27 maart 30 april t/m 11 mei				
<b>Pilates strippenkaart</b>	mogelijk vanaf mat 3 jaar geldig vanaf start datum	10 x	€ 135,--	<b>aanmelden:</b> minimaal 24 uur van te voren i.v.m bezigting van de lessen	
<b>Pilates privé lessen</b>	op afspraak		€ 45,-- per les of € 200,-- voor 5 lessen	minimaal 24 uur van te voren via mail, sms of telefoon	
<b>Franklin Methode workshops</b>	20 januari, 17 februari, 17 maart, 14 april, 26 mei, 23 juni van 10.00-12.30 uur		€ 37,50 per workshop van 2,5 uur	minimaal 48 uur van te voren via mail, sms of telefoon	
<b>Franklin Methode privé lessen</b>	op afspraak		€ 45,-- per les	minimaal 24 uur van te voren via mail, sms of telefoon	
<b>website:</b>			<b>e-mail</b>		<b>telefoon</b>
www.pilatesgroningen.nl		info@pilatesgroningen.nl			06-2016 32 98
www.franklin-methode.nl		info@franklin-methode.nl			
www.studionoraknol.nl		info@studionoraknol.nl			
www.al-nour.nl		info@al-nour.nl			

