

## Wochenübersicht 4.Quartal 2018/ 19

Montag Lindenweg	Dienstag familie+	Mittwoch Lindenweg	Donnerstag Lindenweg	Samstag Lindenweg
	<b>Pilates</b> <b>08.45 - 09.45</b>  <b>Pilates Basics</b> <b>10.00 - 11.00</b>	<b>Pilates</b> <b>08.15 - 09.10</b>	<b>Medical Yoga</b> <b>08.45 - 10.00</b> Siehe Yogaseite	<b>Workshops</b> <b>10.00-12.00</b> 27.10.18. 1.12.18 19.01.2019
<b>Pilates</b> <b>18.00 - 18.55</b>  <b>19.05 - 20.00</b>	<b>Pilates</b> <b>18.45 - 19.45</b>		<b>Pilates</b> <b>18.00 - 18.55</b> <b>Yin Yoga</b> <b>19.15 - 20.30</b> Siehe Yogaseite	

### Pilates am Lindenweg

Kursort: Lindenweg 12, 5600 Lenzburg

Maximale Teilnehmerzahl pro Gruppe 6 Personen  
 Level den Teilnehmern angepasst

Preis bei Anmeldung quartalsweise: CHF 24.- / Lektion à 55 Minuten  
 Preis bei Anmeldung semesterweise: CHF 22.- / Lektion à 55 Minuten

**4. Quartal - 22. Oktober bis 24. Januar 19 12 Lektionen**

### Pilates im familie+

Kursort: Walkeweg 19, 5600 Lenzburg

#### Maximale Teilnehmerzahl pro Gruppe 15 Personen

Das Training steht allen offen, auch Nichtmitgliedern des familie +

Preis 5er-Abo, Gültigkeit 6 Wochen: CHF 125.-  
 Preis 10er-Abo Gültigkeit 12 Wochen: CHF 230.-  
 Einzellektionen CHF 27.-  
 Einstieg nach Absprache mit der Kursleiterin

### Workshops am Lindenweg

#### ein Mix aus Spiraldynamik, Pilates, Yoga und Fascientraining

Kursort: Lindenweg 12, 5600 Lenzburg

Kursdaten: **27.Oktober | 1. Dezember | 19.Januar 2019**

Kurszeiten: **samstags 10.00 - 12.00 Uhr**

#### Maximale Teilnehmerzahl pro Gruppe 6 Personen

Preis CHF 50.00 / Lektion à 120 Minuten

einzel buchbar, Anmeldungen jeweils bis Donnerstag der gleichen Woche.