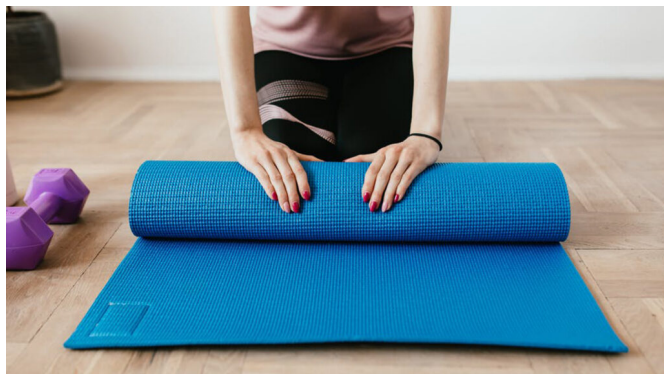


# PILATES



Dans en andere trainingsvormen om gezond, fit en soepel te worden én te blijven. Je vindt ze bij kunstencentrum Quintus!

Pilates is een trainingsvorm die gericht is op het verbeteren van je houding en waarbij je de beheersing, soepelheid, coördinatie en kracht van je spieren traint. Je wordt sterker, fitter en je algehele conditie gaat erop vooruit.

## Goed om te weten:

- Tussentijds instromen is vrijwel altijd mogelijk. Vraag de administratie naar de mogelijkheden.
- De cursusprijs wordt verrekend naar rato van het aantal lessen.
- Je kunt op elk moment weer opzeggen (één maand opzegtermijn).
- Twijfel je nog? Meld je aan voor een gratis proefles!

## STARTDAG EN TIJD

Ma 11 sep 14:00 – 15:00  
Di 12 sep 19:00 – 20:00  
Di 12 sep 20:15 – 21:15

## AANTAL LESSEN

35

## INSTROMEN

Tussentijds instromen mogelijk.

## PRIJS

> 21jr: €332,50  
Prijs per les €9,50

## DOCENT(EN)

Rogier Wilthof

## ONLINE / OFFLINE

Offline