



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Pilates im Freien (Gruppe 2)

Ambito tematico

Ginnastica

Descrizione

Pilates ist ein ganzheitliches, intensives, aber sanftes Krafttraining für den ganzen Körper, das vor allem eine Verbesserung der Körperstabilität, -haltung und des eigenen Körperbewusstseins bewirkt. Jede Übung wird mit exakten Bewegungen, bewusster Körperhaltung und kontrollierter Atmung ausgeführt.

Lingua d'offerta

Tedesco

Inizio

27.06.2024

Termine

08.08.2024

Numero giornate corso

7

dalle

19:15

alle

20:15

Durata

420 minuti

Descrizione durata

-

Luogo

Destinatari

Docenti

Markus Tröger

Costo del corso

90 €

Termine per l'iscrizione

27.06.2024

Agenzia/Ente

KVW Bildung Vinschgau

Pagina del corso

-

Persona da contattare

Tel.

Email



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it



Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it