

# Pilates Tag am 11. Mai 2019



**Robinson**  
Zentrum für  
Yoga | Pilates | Rebalancing

**von 10.00 – 18.30 Uhr**

**10:00-11:30 Yin Yoga Faszien-Special mit Tanja**

**11:45-12:45 Pilates mit Doro**  
„Atmung als Schlüssel für die kraftvolle Körpermitte“

**13:00-14:15 “Detox Pilates“ mit Conny**

**14:30-16:00 Das Geheimnis der leichten Schultern!**  
Pilates Theorie und Praxis mit Physiotherapeutin Martina Heuel

**16:30-18:00 Das Hüftgelenk – unser stärkstes Gelenk!**  
Pilates Theorie und Praxis mit Physiotherapeutin Martina Heuel

**Für unsere Planung bitten wir um Eure Voranmeldung!**

**Wir freuen uns, Euch dieses tolle Angebot an diesem Tag anbieten zu können und hoffen auf Eure rege Teilnahme!**

**Beitrag:**

**Kurse laut Kursplan (10.00 und 11.45 Uhr) ganz normal per Monatsabo oder mit 10/20er Karte**

**Alle weiteren Kurse:**

**13.00 Uhr: 15,- €, 14.30 Uhr: 18,50 €, 16.30 Uhr: 18,50 €, als 3er Paket (13-18 Uhr) 35,- € (statt 52,- €)**

Dorothee Robinson  
Am Nierholz 1  
41469 Neuss-Hoisten

Fon: 02137. 1499860  
Mobil: 0172. 2098 146  
info@robinson-yoga.de  
www.robinson-yoga.de