

Delia Wilke

hat am Workshop

Pilates Refresher und Update

teilgenommen.

Es wurden drei neue Stundenprofile und viele Übungsvariationen erarbeitet.

Der Kurs umfasste 8 Unterrichtseinheiten á 45 Minuten.

Münster, den 3. Dezember 2016



Ninja Talke
bodymotion Trainer für Matwork,
Allegro & Studiogeräte



Christa Kloppenburg
Leiterin FitnessAkademie