



***beweglich bleiben***

www.beweglichbleiben.webnode.at



**Ursula Hart**

Dipl. Wirbelsäulen- Beckenbodentrainer  
Dipl. Pilatetrainer



E-Mail: fam.hart60@gmail.com  
Phone: 0680 5533033

# Herbstkurse 2023

**St. Bartholomä Volksschule ab 11.09.**

**Wirbelsäulen & Beckenbodentraining**

Jeden Montag im Turnsaal

von 19:15 bis 20:15 / Matten vorhanden

**Hitzendorf Rohrbacherhof ab 12.09.**

**Wirbelsäulen & Beckenbodentraining**

Jeden Dienstag im 1. Stock

von 18:15 bis 19:15 / Matte mitbringen

**Stallhofen Volksschule ab 13.09.**

**Wirbelsäulen & Beckenbodentraining**

Jeden Mittwoch im Turnsaal

von 19:15 bis 20:15 / Matten vorhanden

**St. Bartholomä Volksschule ab 14.09.**

**Pilates**

Jeden Donnerstag im Turnsaal

von 19:15 bis 20:15 / Matten vorhanden

**Stallhofen Volksschule ab 15.09.**

**Wirbelsäulen & Beckenbodentraining**

Jeden Freitag im Turnsaal

von 18:00 bis 19:00 / Matten vorhanden

Bitte Handtuch & Getränk mitbringen

Anmeldung unter 0680 55 33 033