

# Pilates

## 5 Termine

mittwochs 19-20:15 Uhr  
(kl. Turnsaal VS + NMS Hollenstein)

27. März, 3. April, 10. April,  
24. April, 8. Mai

## Kosten

45,- EUR/Person

## Anmeldung bei

Andrea Pichler 0664/921 95 53 oder  
gGR Petra Mandl 0664/544 03 21 (Gesunde Gemeinde)

## Pilates ist für

- die Stärkung der Muskeln durch Dehn- und Kräftigungsübungen
- die Erhöhung der körperlichen Flexibilität
- jedes Alter

**Auf euer Kommen freut sich  
Theresia Gugerbauer!**

**Mach DICH fit  
im Frühling!**

