

Pilates: Serie lessen juni 2021-juli 2021

Eindelijk kunnen we weer “gewoon” live lessen geven. Tot aan de zomervakantie kunnen we jullie nog 6 lessen aanbieden. Als extra service ivm met Corona krijgt u als lid toegang tot de “on-line” youtube Itokan Beweeg bibliotheek. Zo kunt u toch bewegen als u bijv. verkouden bent en niet kan komen.

- **Instream, alleen mogelijk tot einde lessenreeks.**
- U komt in een *vaste groep.
- Alleen Kattenbroek leden nemen zelf hun yogamatje mee voor de Dopheide 1.
- Eenmalige proefles 10,-
- Grote handdoek meenemen. Makkelijke kleren aan.

* Kunt u een keer niet: Bel/mail dan even als u de les wilt inhalen. Niet altijd is er "inhaal plek". Inhalen is mogelijk binnen de serie lessen (dus niet overdraagbaar naar een volgend deel) U mag ook de Gyrokinesis® en Yoga lessen als inhaal moment gebruiken.

Betaling op NL 11 INGB 0000.148620 ITOKAN Amersfoort
 Onder vermelding van uw naam, dag en uur welke beweeg les
Restitutie na aanvang van de cursus is geen mogelijkheid.

Indien betaalt **voor 5 juni .: 6 lessen voor 73,50 €

Indien betaald **na 5 juni : 6 lessen voor 79,50 €

Pilates	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag
Itokan H.C.	18.15-19.15	18.15-19.15 (na vakantie 17.30 18.30)	09.15- 10.15 17.00- 18.00	09.15- 10.15 17.30 -18.30
Kattenbroek, Dopheide 1				19.30-20.30
<i>Juni</i>	<i>7,14,21,28</i>	<i>8,15,22,29</i>	<i>9,16,23,30</i>	<i>10,17,,24</i>
<i>Juli</i>	<i>5,12</i> (6 lessen)	<i>6,13</i> (6 lessen)	<i>7,14</i> (6 lessen)	<i>1,8,15</i> (6lessen)