



Yoga-Pilates Rotterdam. Gediplomeerd Yogadocent en Pilatesdocent, Monique Lindeboom-Moolenaar
Telefoon: 010-421.88.78; Sms: 06-12864851; e-mail: info@yoga-pilates.nl; website: www.yoga-pilates.nl. Adres: Wormserstraat
30, 3067 EW Rotterdam

Inschrijven voor de Zwangerschapspilates 2012

Beste cursist,

Van harte welkom in de zwangerschapspilates groep op woensdagavond in de Fridtjofnansenschool van Rotterdam.

Locatie : Fridtjofnansenschool
Zaal : kleutergymzaal
Adres : nansenplaats 6
Tijd : 19.00-20.00 uur zwangerschapspilates op de gymbal
20.00-21.00 uur yogapilates voor jong en oud
21.00-22.00 uur pilates voor jong en oud
Kosten : vanaf je startdatum tot aan je uitrekendatum, 14 lessen, Eur 140
of meer lessen.

Lesdata 2012

Zwangerschaps pilates	Woensdag	19.00-	20.00 uur	10 lessen	Eur 140
januari	11	18	25		
februari	1	8	15		
maart	7	14	21	28	
april	4	11	18	25	
mei	16	23	30		
juni	6	13	20	27	
juli	4	11	18		
augustus	22	29			
september	5	12	19	26	
oktober	3	10	24	31	
november	7	14	21	28	
december	12	19			

Wijzigingen onder voorbehoud mogelijk

Benodigdheden voor de les:

- legging of trainingsbroek, t-shirt, sokken en een vest of trui
- sokken/ noppen sokken. Een fles gevuld met spa-blauw
- je eigen (yoga)mat mag je ook meenemen. Het mag ook een fitness mat zijn.
- Eigen gymbal (opgeblazen/ ongeblazen) voor de post pilates en zwangerschapspilates

Inschrijven, hoe doe je dat?

Door het bedrag van €140 / €..... voor de zwangerschapspilates 2012 over te maken voor aanvang van je eerste les op ING rekening 4447257 t.n.v. Mw. M.E. Lindeboom-Moolenaar, Wormserstraat 30, (3067 EW) te Rotterdam. Vermeld bij je overschrijving je naam en cursus zwangerschapspilates 2012. Nadat je betaling en inschrijfformulier binnen is, ontvang je van mij een inschrijfbevestiging.

Tot ziens in de Fridtjof Nansenschool,

Monique

Yoga-Pilates Rotterdam

Monique Lindeboom-Moolenaar
Gediplomeerd yogadocent en pilatesdocent
Wormserstraat 30, 3067 EW Rotterdam
tel. 010-4218878 E-mail: info@yoga-pilates.nl
Website: www.yoga-pilates.nl

