



**Mehr
Generationen
Haus**
Miteinander – Füreinander



BASIC PILATES

Übungseinheiten für Kraft und Beweglichkeit, angesprochen werden primär der Beckenboden, die Bauch- und Rückenmuskulatur.

Preis: 54,00 € für Mitglieder TSV Kottern, 96,00 für Nichtmitglieder

Anmeldung: Karin Spiegel

Email: kurse@tsv-kottern.de oder 0151/2873 5506

Start: 10.09.2026
Termine: 12
Ende: 03.12.2026

Jeden Donnerstag
18:30-19:30 Uhr
MGH-Gymnastikraum

MGH Kempten
Friedrich-Ebert-Str. 14
87437 Kempten
0831/7458 4330

Gefördert vom:



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend



Foto: KI generiert