



Pilates

Kurs / Workshop

Pilates

Pilates ist ein Ganzkörpertraining, welches in einzigartiger Weise Kraft mit Beweglichkeit verbindet. Alle Übungen werden kontrolliert ausgeführt. Das Zusammenspiel von Atmung und Bewegung ist dabei besonders wichtig. In erster Linie wird beim Pilates-Training die oft vernachlässigte Tiefenmuskulatur angesprochen. Dies sorgt für eine gesunde Haltung und strafft den Körper.

Was?

Art des Angebots

Kurs / Workshop

Link zum Angebot

[Weiter zum Angebot](#)

Alter des Kindes

altersunabhängig

Wann?

Termin(e)

Aktuelle Termine können Sie entweder telefonisch unter 02303 / 100 2848 erfragen oder auf der Internetseite einsehen.

Angebotstermin

Dauerhaftes Angebot

Wo?

Familienforum Katharina

Mozartstraße 26
59423 Unna

Anmeldung

Anmeldung erforderlich

Ja

Weitere Angaben zur Anmeldung

Anmeldung unter tel.: 02303 / 100 2848 oder per

E-Mail: familienforum@hospitalverbund.de

Kosten des Angebots

10 Termine, 70 €

Durchführende Organisation

Familienforum Katharina

Mozartstraße 26
59423 Unna

Name Kontaktperson

Kirstin Kettrup

Telefon

02303 100 2848

Email

familienforum@hospitalverbund.de

Link Anbieter

[Weiter zur Homepage des Anbieters](#)

Alle Angebote dieses Anbieters

[Andere Angebote dieses Anbieters](#)

Trägerschaft

Katharinen-Hospital gGmbH

Obere Husemannstraße 2
59423 Unna

Art des Trägers

Freier Träger (privat-gewerblich)

Telefon

02303 100 0

Email

info@katharinen-hospital.de

Link Träger

[Weiter zur Homepage des Trägers](#)