

Pilates@StudioOard I Versterk je lichaam

Pilates@StudioOard I Pilates@StudioUlicoten



Woensdag 21 januari 2026 van 09:00 tot 10:00 uur

Over 4 weken



Minicamping Boshoven

Boshoven 29, Alphen



Terugkerende activiteit

Wekelijks op woensdag en vrijdag tot en met 26 juni 2026

Pilates? Iets voor jou?

Wil je werken aan het versterken van je spieren, het vergroten van je flexibiliteit en het verbeteren van je balans en stabiliteit. Dan is Pilates wellicht iets voor jou!

Nog niet bekend met Pilates? Maak je geen zorgen. Iedereen is welkom en de oefeningen zijn zo ontworpen om op ieder niveau je kracht, flexibiliteit en balans te verbeteren, terwijl je je bewust wordt van je lichaamshouding en ademhaling.

Wil je meer weten of een proefles doen? Neem dan contact op met Kim via info@KIMPULZ.com of 06 17068776 of neem een kijkje op: <https://www.momoyoga.com/kimpulz-pilates/> en boek een gratis proefles.

Voor wie

Volwassenen, Senioren

Waarover

Gezondheid, Sport en bewegen

Wat

Workshop / cursus, Proeftraining

Dagdeel

Ochtend

Dorpskern

Alphen

Gratis of betaald

Betaald

Ga voor meer informatie naar
onsalphenchaam.nl/agenda

Plates@StudioCard | Vers...
21-01 -2026 /09:00 - 10:00
Boshoven 29

Plates@StudioCard | Vers...
21-01 -2026 /09:00 - 10:00
Boshoven 29

Plates@StudioCard | Vers...
21-01 -2026 /09:00 - 10:00
Boshoven 29

Plates@StudioCard | Vers...
21-01 -2026 /09:00 - 10:00
Boshoven 29

Plates@StudioCard | Vers...
21-01 -2026 /09:00 - 10:00
Boshoven 29

Plates@StudioCard | Vers...
21-01 -2026 /09:00 - 10:00
Boshoven 29

Plates@StudioCard | Vers...
21-01 -2026 /09:00 - 10:00
Boshoven 29

Plates@StudioCard | Vers...
21-01 -2026 /09:00 - 10:00
Boshoven 29

Plates@StudioCard | Vers...
21-01 -2026 /09:00 - 10:00
Boshoven 29

Plates@StudioCard | Vers...
21-01 -2026 /09:00 - 10:00
Boshoven 29

Plates@StudioCard | Vers...
21-01 -2026 /09:00 - 10:00
Boshoven 29

Plates@StudioCard | Vers...
21-01 -2026 /09:00 - 10:00
Boshoven 29