Pilates in Kettwig

- Montags 17:30 - 18:30
- Sportstätte: Ruhrtalstraße
- Übungsleiter: Britta Goldbach

- Donnerstags 18:45 - 20:00
- Mischung aus Pilates und Herz - Kreislauf - Training
- Sportstätte: Schwimmbad Kettwig
- Übungsleiter: Kerstin Rehosek