

Voimassa 7.1.-2.6.2019

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
		9.15-10.15 Pilates/ Spiraali Stabilaatio Tiitu		7.30-8.30 Pilates Tiitu
		10.30-11.30 Seni- pilates Tiitu		10.00-11.00 Spiraali Stabilaatio LOW Tiitu
16.00-17.00 Pilates Tiitu	16.15-17.15 Pilates Tiitu	16.00-17.00 Spiraali Stabilaatio Tiitu		
17.15-18.15 Spiraali Stabilaatio Tiitu	17.30-18.30 Pilates Tiitu	17.15-18.15 Pilates Tiitu	17.30-18.30 Pilates Eevamari 7.2. alkaen	
18.30-19.30 Pilates Tiitu	18.45-19.45 Kehonhuolto Tiitu		18.45-19.45 Spiraali Stabilaatio Eevamari 7.2. alkaen	

Viikon 9 aikataulu ilmoitetaan myöhemmin.

PilatesLahdella on oikeus ohjaaja- ja aikataulumuutoksiin.

Pilates –peruskurssi

to 10.1.-31.1. klo 17.30-18.30, hinta 80€, Eevamari

Spiraali Stabilaatio -peruskurssi

to 10.1.-31.1. klo 18.45-19.45, hinta 80€, Eevamari

Muut kevään kurssit ilmoitetaan myöhemmin!

Tilaustunteja yrityksille ja pienryhmille. Kysy lisää!

Ilmoittautumiset ja tiedustelut: Tiitu Kaarakainen, p. 0400 772473

tiitu.kaarakainen@luukku.com, www.pilateslahti.com

Ryhmätuntihinnasto

- 1 krt 20€
- 5 krt 85€ (voimassa 8 vkoa)
- 5 krt 95€ (voimassa 4 kk)
- 10 krt 160€ (voimassa 16 vkoa)
- 10 krt 180€ (voimassa 6 kk)
- 15 krt 225€ (voimassa 20 vkoa)
- 20 krt 280€ (voimassa 20 vkoa, 2x/vko kävijöille)

Hinnat sisältävät alv 10%, opiskelijat ja eläkeläiset -10% ryhmätunneista. Smartum liikunta- ja kulttuurisetelit, Smartum -saldo, Smartum -kortti, Tyky-setelit, Eazybreak, Edenredin kortit ja setelit sekä Sporttipassi käyvät maksuvälineenä.

HUOMIO! Korttien voimassaoloaika voi pidentää vain lääkärintodistuksella tai pidempiaikaisella oleskelulla toisella paikkakunnalla. Kortti on henkilökohtainen, eikä sitä voi siirtää toiselle henkilölle. Voimassaoloajan umpeuduttua kortin voi käyttää loppuun kuukauden sisällä voimassaoloajan umpeuduttua maksamalla erotuksen kertamaksuun/tunti.

Klo 15 jälkeen alkavien tuntien peruutukset tulee tehdä samana päivänä klo 10 mennessä. Ennen klo 15 alkavien tuntien peruutukset tulee tehdä edellisenä päivänä klo 21 mennessä. Myöhemmin peruutetuista ja peruuttamattomista tunneista peritään tuntimaksu.

Fysioterapiahinnasto

(sisältää laskutuksen ja uuden ajan varauksen)

60 min 58€

45 min 49€

30 min 40€

Lääkärlähetteellä Kela-korvaus.

Yhteystiedot:

PilatesLahti

Vuorikatu 25

15110 Lahti

p. 0400 772473

tiitu.kaarainen@luukku.com

www.pilateslahti.com