

## **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