

KURSPLAN

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
VORMITTAG		09:00 - 10:00 YOPI YOGA + PILATES	09:00 - 09:45 REHA-KURS		09:00 - 10:00 PILATES	
	10:00 - 11:00 QI GONG	10:00 - 10:45 REHA-KURS	10:00 - 11:00 RÜCKENFIT	10:30 - 11:15 REHA-KURS	10:00 - 11:00 FASZIEN TRAINING + YOGA	10:00 - 11:00 ZUMBA
	11:00 - 11:45 REHA-KURS	11:00 - 11:45 REHA-KURS				11:00 - 12:00 FIGHT CLUB
						SONNTAG
NACHMITTAG				16:00 - 16:45 REHA-KURS	15:30 - 16:15 REHA-KURS	
	17:30 - 18:00 POWER BAUCH	17:00 - 18:00 RÜCKENFIT		17:00 - 18:00 FASZIEN	17:00 - 18:00 HOCHINTENSIVES INTERVALLTRAINING	
	18:00 - 19:00 LANGHANTEL-WORKOUT		18:00 - 19:00 YOGA	18:00 - 19:00 TAE BO (CYBER KURS)		
	19:00 - 20:00 INDOOR CYCLING	19:00 - 19:45 REHA-KURS	19:00 - 20:00 STEP AEROBIC	19:00 - 20:00 CARDIO POWER	19:00 - 19:45 REHA-KURS	



***WEITERE KURSE SIND IN PLANUNG**

GÜLTIG AB 22.03.2022