

Montag – Freitag:

09.00 – 22.00 Uhr

Samstag:

10.00 – 18.00 Uhr

Sonntag:

09.00 – 15.00 Uhr

Kursplan

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Sonntag
10.00 – 10.45 Uhr	Wirbelsäulengymnastik <i>REHA</i>	Funktionsgymnastik 50+ <i>REHA</i>	Wirbelsäulengymnastik <i>REHA</i>	Funktionsgymnastik <i>REHA</i>	Sitzgymnastik <i>REHA</i>	10.30-11.15 Crossrobic
11.00 – 11.45 Uhr		Funktionsgymnastik 50+ <i>REHA</i>				11.15-12.00 Effective
17.00 – 17.45 Uhr		Hüft- und Kniegymnastik <i>REHA</i>		Hüft- und Kniegymnastik <i>REHA</i>		
18.00 – 18.45 Uhr	Funktionsgymnastik <i>REHA</i>	Crossrobic	Funktionsgymnastik <i>REHA</i>	Effective	Wirbelsäulengymnastik <i>REHA</i>	
19.00 – 19.45 Uhr	Wirbelsäulengymnastik <i>REHA</i>	BBP	Wirbelsäulengymnastik <i>REHA</i>	Funktionsgymnastik 50+ <i>REHA</i>		
19.00 – 20.00 Uhr	Indoor Cycling			Indoor Cycling		