

Herbstkurse 2020

Montag		Dienstag			Mittwoch		Donnerstag		Freitag		Samstag
Gymnastikraum 1	Gymnastikraum 2	Gymnastikraum 1	Gymnastikraum 2	Erich-Schott-Halle	Gymnastikraum 1	Gymnastikraum 2	Gymnastikraum 1	Gymnastikraum 2	Gymnastikraum 1	Gymnastikraum 2	Gymnastikraum 1
	9:00 - 9:45 Reha-Sport Marco										9:00 - 9:45 Reha-Sport Marco
10:00 - 11:00 Männerfitness Walter						10:15 - 11:00 Reha-Sport Marco					10:00 - 11:00 MamaFit Marco
								11:15 - 12:00 Reha-Sport Annett			10:00 - 11:00 PowerIntervall Hannah
						17:00 - 18:00 Wirbelsäulengymnastik Anja					
								17:00 - 17:45 Reha-Sport Nicole			
18:50 - 19:50 Pilates Marita	18:00 - 19:00 19:10 - 20:10 Yoga Nicole	18:00 - 19:00 BodyFit Manuel	18:00 - 18:45 Reha-Sport Steffen	18:00 - 18:55 Rücken Fit Tania		18:00 - 18:45 Reha-Sport Max	18:00 - 19:00 Pilates Christel		18:00 - 19:00 Body Styling Edith		
19:55 - 20:55 Pilates Marita	20:15 - 21:15 Zumba Cami		19:00 - 20:00 TRX Steffen	19:00 - 20:00 Cardio-Workout Tania		19:00 - 20:00 BodyFit Manuel	19:00 - 20:00 PilatesYoga Sabine				
			20:00 - 21:00 TRX Max			20:00 - 21:00 HIT Fit Manuel	20:00 - 21:00 Body&Mind Birgit		20:00 - 21:00 TRX Daniel		

- Kurse mit Zuzahlung
- Rehasport auf ärztl. Verordnung
- Präventionskurse werden von Krankenkassen erstattet

geschlossener Kurs