

Sommerkursplan

NEU ab 28.6.

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	
08:00							
09:00	Geräte	Geräte	Geräte	Rehasport 9:00-9:45	Fit in den Tag 9:00-10:00	Geräte 9.00 bis 12.00	
10:00				Rehasport 10:00-10:45	Rehasport 10:00-10:45		Rehasport 10:00-10:45
11:00				Rehasport 11:00-11:45	Rehasport 11:00-11:45		Rehasport 11:00-11:45
12:00							Rehasport 12:00-12:45
13:00				7.30	9.00		9.00
14:00	bis	bis	bis	bis	Herzsport 14:00-15:00		
15:00	21.00	20.00	21.00	20.00	19.30		
16:00				Rehasport 15:00-15:45			
17:00	Rehasport 17:00-17:45	Rehasport 16:30-17:15		Rehasport 16:00-16:45			
18:00	Rehasport 18:00-18:45	Rückenfit & Relax 17:30		Rehasport 17:00-17:45	Yoga 18:00-19:30		
19:00	Rehasport 19:00-19:45	Rehasport 18:30-19:15		Classic Work Out 19:30			
20:00	Bodyform 20:00-20:50						

Hybridkurs
auch online