

Kursplan

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08:00 Uhr Rehasport 45 min.				08:00 Uhr Rehasport 45 min.
09:00 Uhr Rehasport 45 min.	09:00 Uhr Rehasport 45 min.	09:00 Uhr Rehasport 45 min.	09:00 Uhr Rehasport 45 min.	09:00 Uhr Rehasport 45 min.
10:00 Uhr Rücken und Faszien 30 min.	10:00 Uhr Hüfte und Knie 30 min.	10:00 Uhr Funktionell & Fit 45 min.	10:00 Uhr Rücken und Faszien 30 min.	
11:00 Uhr Rehasport 45 min.	11:00 Uhr Rehasport 45 min.	11:00 Uhr Rehasport 45 min.	11:00 Uhr Rehasport 45 min.	
		15:30 Uhr Rehasport 45 min.	16:00 Uhr Rehasport 45 min.	
16:00 Uhr Rehasport 45 min.		16:30 Uhr Zentrier dich 45 min.	17:00 Uhr Rücken und Faszien 30 min.	
17:00 Uhr Rehasport 45 min.		17:30 Uhr Rehasport 45 min.	17:30 Uhr Rehasport 45 min.	17:30 Uhr Rehasport 45 min.
18:00 Uhr Rehasport 45 min.			18:30 Uhr Funktionsgym- nastik 60 min.	

gültig ab 16.04.2025