

Kursplan

Montag

08:00 Uhr
Rehasport
45 min.

09:00 Uhr
Rehasport
45 min.

10:00 Uhr
Rücken und Faszien
30 min.

11:00 Uhr
Rehasport
45 min.

15:30 Uhr
Rehasport
45 min.

17:00 Uhr
Faszien
15 min.

17:30 Uhr
Rehasport
45 min.

18:30 Uhr
Rehasport
45 min.

Dienstag

09:00 Uhr
Rehasport
45 min.

10:00 Uhr
Hüfte und Knie
30 min.

11:00 Uhr
Rehasport
45 min.

Mittwoch

09:00 Uhr
Rehasport
45 min.

10:00 Uhr
Power Yoga
45 min.

11:00 Uhr
Rehasport
45 min.

15:30 Uhr
Rehasport
45 min.

16:30 Uhr
Pilates
45 min.

17:30 Uhr
Rehasport
45 min.

Donnerstag

09:00 Uhr
Rehasport
45 min.

10:00 Uhr Rücken
und Faszien
30 min.

11:00 Uhr
Rehasport
45 min.

16:00 Uhr
Rehasport
45 min.

17:00 Uhr
Rücken und Faszien
30 min.

17:30 Uhr
Rehasport
45 min.

18:30 Uhr
Power Yoga
60 min.

gültig ab 01.09.2022

