

Kursplan 2025

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
09:30-10:30 Gesunder Rücken mit Doris <i>Kursraum 1</i>	<i>Verordnung</i> 09:30-10:15 Rehasport <i>Kursraum 2</i>	10:00-11:00 Therapeutisches Yoga mit Waltraud <i>Kursraum 2</i>	<i>Verordnung</i> 09:30-10:30 Gesunder Rücken mit Günter <i>Kursraum 2</i>	09:00-09:45 Rehasport <i>Kursraum 2</i>
10:30-11:30 Fitness & Stretch mit Doris <i>Kursraum 2</i>	<i>Verordnung</i> 09:00-10:00 Gesunder Rücken mit Maxi <i>Kursraum 1</i>	<i>Verordnung</i> 11:15-12:00 Rehasport <i>Kursraum 2</i>	<i>Verordnung</i> 10:45-11:30 Rehasport <i>Kursraum 2</i>	
				
<i>Verordnung</i> 17:15-18:00 Rehasport mit Marta <i>Kursraum 2</i>	<i>Verordnung</i> 17:15-18:00 Rehasport <i>Kursraum 2</i>	<i>externer Kurs</i> 17:00-18:15 Ballett - Externer Kurs -	<i>externer Kurs</i> 16:00-18:00 Ballett - Externer Kurs -	17:00-18:00 BodyCROSS mit Max/Dion <i>Kursraum 2</i>
<i>Verordnung</i> 18:10-18:55 Rehasport mit Marta <i>Kursraum 2</i>	<i>Verordnung</i> 18:00-18:45 Rehasport <i>Kursraum 2</i>	<i>Verordnung</i> 17:45-18:30 Rehasport <i>Kursraum 2</i>	<i>Verordnung</i> 18:15-19:00 Rehasport <i>Kursraum 2</i>	17:00-18:00 Yoga Beginners mit Nici <i>Kursraum 1</i>
	18:00-19:00 Body-Styling mit Doris <i>Kursraum 1</i>	18:15-19:00 Tabata Beginners mit Isa <i>Kursraum 1</i>		18:15-19:15 ZUMBA mit Nici <i>Kursraum 2</i>
19:10-20:10 Step-Aerobic mit Isa <i>Kursraum 2</i>	19:00-20:00 Cycling mit Christian <i>Kursraum 2</i>	18:30-19:30 ZUMBA mit Nici <i>Kursraum 2</i>		
	19:30-20:30 Yoga mit Sissy <i>Kursraum 1</i>	19:15-20:15 Yoga Beginners mit Isa <i>Kursraum 1</i>		

