

Kursplan ab 01.04.2019



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08:00 - 9:00		Rehasportkurs Orthopädie	BBP	Rehasportkurs Orthopädie	
09:00 - 10:00		Rehasportkurs Orthopädie	Step-Aerobic	Rehasportkurs Orthopädie	
10:00 - 11:00	Vinyasa Yoga	Rehasportkurs Orthopädie	Gymnastik	Rehasportkurs Orthopädie	Line- Dance
11:00 - 12:00					
12:00 - 13:00					
15:00 - 16:00					Jiu-Jitsu Kids
16:00 - 17:00	Jiu-Jitsu Kids	Rehasportkurs Orthopädie Kids	Jiu-Jitsu Kids		
17:00 - 18:00	Jiu-Jitsu Jugend	Gesunder Rücken			
18:00 - 19:00	Funktional	Rehasportkurs Orthopädie	HIIT	Rehasportkurs Orthopädie	
19:00 - 20:00	Yoga	Strong Pump	Bauch Intensiv Bachata	Pilates	Step-Aerobic alle 14 Tage
20:00 - 21:00	Krav Maga		Krav Maga		
21:00 - 22:00					

Trainieren mit Freunden