Kursplan

01.06.2020 - 05.06.2020

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
	08:15-09:00 Rücken Fit §20 Kursraum 3				FKT= funktionelle Kräftigungstherapie
Pfingstmontag	09:15-10:00 GymnastikVital Kursraum 3	09:15-10:00 gesunder Rücken Kursraum 3	09:15-10:00 sanfte Gymnastik Kursraum 3	09:00-09:45 RückenVital Kursraum 3	
		10:15-11:00 Rücken Fit §20 Kursraum 3	10:15-11:00 sanfte Gymnastik Kursraum 4	10:00-11:00 ZUMBA fitness	10:00-10:45 ZUMBA fitness
	18:15-19:00 RückenTraining Kursraum 3	17:30-18:15 Power Kursraum 3	17:10-17:55 RückenTraining Kursraum 3	17:10-17:55 RückenTraining Kursraum 3	
		18:30-19:15 gesunder Rücken Kursraum 3		18:10-19:00 Step Kursraum 3	18:30-19:30 Power Kursraum 3
	19:15-20:00 ZUMBA fitness	19:00-20.00 Spinning Einsteiger**			18:30-19.30 Spinning** Fatburner
		20:10-20:55 autog.Training§20 Kursraum 4			**Sonntag**
	Wellnesskurse	**Wellnesskurse**	**Wellnesskurse**	**Wellnesskurse**	
	10:00-10:45 Wellnesskurs Saunagarten	10:00-10:45 Wellnesskurs AT	10:00-10:45 Wellnesskurs AT	10:00-10:45 Wellnesskurs Yoga	
Pfingstmontag	11:00-11:45 Wellnesskurs Saunagarten	11:00-11:45 Wellnesskurs AT	11:00-11:45 Wellnesskurs AT	11:00-11:45 Wellnesskurs Yoga	
	18:00-18:45 Wellnesskurs Yoga	18:00-18:45 Wellnesskurs PMR	18:00-18:45 Wellnesskurs Yoga	18:00-18:45 Wellnesskurs Saunagarten	
	19:00-19:45 Wellnesskurs Yoga	19:00-19:45 Wellnesskurs PMR	19:00-19:45 Wellnesskurs Yoga	19:00-19:45 Wellnesskurs Saunagarten	

gesperrt halbes Becken * Kurskarte erforderlich ** mit Zuzahlung oder Modul