

KURSPLAN

PHYSIOAKTIV

| MONTAG | DIENSTAG | MITTWOCH | DONNERSTAG | FREITAG | SAMSTAG | SONNTAG |
|---|--|--|---|--|--|--|
| PILATES 9:30 – 10:30 Anne | PILATES 10:30 – 11:30 Tatjana | CYCLING 9:30 – 10:30 Anne | RÜCKEN-AKTIV 9:30 – 10:30 Birgit | FIT INS WOCHENENDE 10:30 – 11:30 Anne | | FIT DURCH DEN WINTER 10:30 – 11:30 Anne 2.50 / MONAT |
| | | | YOGA 11:00 – 12:15 Birgit | | | |
| | | | | | | |
| MOBILITY 17:30 – 18:00 Ina | WSG 18:00 – 19:00 Birgit | RUMPF TOTAL 18:00 – 19:00 Tatjana | KRAFT + DYNAMIK 18:00 – 19:00 Anne | AQUA CYCLING 19:00 – 19:30 Sabine |  <p>BIRGIT STÖTZEL</p> | |
| CYCLING 18:30 – 19:30 Alex | YOGA 19:15 – 20:45 Andrea F. | FASZIEN- TRAINING 19:00 – 19:45 Mario | CYCLING 19:00 – 20:00 Andrea S. | | | |

TEL. 02738-1606

AB 01. März 2022