

KURSPLAN

PHYSIOAKTIV

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
PILATES 09:30 – 10:30 Anne	CYCLING 09:30 – 10:30 Anne	WSG 09:00 – 09:45 Eva	RÜCKEN- AKTIV 09:30 – 10:30 Ina	FIT INS WOCHENENDE 10:30 – 11:30 Anne / Tatjana		
	Beckenboden 12:30 – 13:00 Tatjana	Yoga 10:00 – 11:30 Eva				
MOBILITY 17:30 – 18:00 Ina	RUMPF TOTAL 18:00 – 19:00 Tatjana	ENTspannung 18:00 – 19:00 Sylvia	KRAFT + DYNAMIK 18:00 – 19:00 Anne	AQUA CYCLING 19:00 – 19:30 Sabine	<i>gesund durch bewegung</i>	
CYCLING 18:30 – 19:30 Alex						

TEL. 02738 -16 06

AB 01. April 2023