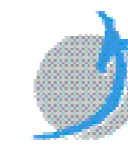


# KURSPLAN GESUNDHEITSTRAINING



REHAZENTRUM JUNGE

... in guten Händen

MONTAG		DIENSTAG		MITTWOCH		DONNERSTAG		FREITAG	
Kursraum	Kursraum	Kursraum	Kursraum	Kursraum	Kursraum	Kursraum	Kursraum	Kursraum	Kursraum
08:15 - 08:45 <b>Body Fit</b> Alex   KR 2		08:30 - 09:00 <b>Kognimotion</b> Alex   KR 2	08:00 - 08:30 <b>WasserGym</b> Jessi   Bad	08:15 - 09:00 <b>Fit im Alltag</b> Philipp   KR 1			08:00 - 08:30 <b>Wasser Gym</b> James   Bad	08:00 - 09:00 <b>TaiChi QiGong</b> Daniel   KR 1	
09:00 - 09:45 <b>BBP</b> Alex   KR 1		09:00 - 09:30 <b>Balance Fit</b> Alex   KR 2	08:30 - 09:00 <b>WasserGym</b> Jessi   Bad	09:00 - 09:45 <b>Fit im Alltag</b> Philipp   KR 1		09:00 - 10:00 <b>Hatha Yoga</b> Ina   KR 1	08:30 - 09:00 <b>Wasser Gym</b> James   Bad	09:00 - 09:30 <b>Früh Fit</b> Marten   KR 1	
09:45 - 10:15 <b>HWS</b> Alex   KR 2		09:00 - 09:30 <b>HWS</b> Pamela   KR 1		09:45 - 10:15 <b>RückenFit</b> Philipp   KR 2		09:30 - 10:30 <b>Fit und Vital</b> Pamela   KR 2		09:30 - 10:00 <b>Früh Fit</b> Marten   KR 1	
		09:30 - 10:00 <b>Rücken Fit</b> Pamela   KR 1	09:45 - 10:45 <b>AOK-Walking</b> Alex   Outdoor					09:15 - 10:15 <b>TaiChi QiGong</b> Daniel   KR 2	
17:00 - 17:30 <b>HWS</b> Tobi   KR 1		16:00 - 17:00 <b>TaiChi QiGong</b> Daniel   KR 1		17:00 - 18:00 <b>Pilates</b> Maren   KR 1					
17:30 - 18:00 <b>Movement</b> Tobi   KR 1		17:00 - 18:00 <b>AOK-Functional</b> Marten   KR 2	17:00 - 18:00 <b>AOK-Outdoor</b> Philipp   Outdoor	17:00 - 18:00 <b>AOK-KAT</b> Jessi   KR 2	17:00 - 18:00 <b>AOK-Running</b> Adrian   Outdoor				
18:00 - 18:30 <b>Mobility Fit</b> Philipp   KR 1	18:00 - 19:00 <b>AOK-Rückenfit</b> Michael   KR 2			18:00 - 19:00 <b>Power Yoga</b> Maren   KR 1	19:00 - 20:00 <b>Fit mit BOP</b> Marten   KR 2	18:00 - 19:00 <b>Hatha Yoga</b> Ina   KR 1			
18:30 - 19:00 <b>Movement</b> Philipp   KR 1		19:00 - 20:00 <b>Fit mit BOP</b> Philipp   KR 2	19:00 - 19:45 <b>AquaFit</b> Adrian   Bad	18:00 - 18:30 <b>HWS</b> Marten   KR 2	19:00 - 20:00 <b>Aquafitness</b> Alex   Bad	18:30 - 19:30 <b>Fit mit BOP</b> Alex   KR 2	19:00 - 19:45 <b>Aqua Fit</b> Jessi   Bad		
			19:45 - 20:30 <b>AquaFit</b> Adrian   Bad	18:30 - 19:00 <b>Mobility Fit</b> Maren   KR 1	20:00 - 21:00 <b>Aquafitness</b> Alex   Bad		19:45 - 20:30 <b>Aqua Fit</b> Jessi   Bad		

Aktuelles Kursheft mit Terminen & Preisen



Fitnesskurse | Präventionskurse | Fit mit BOP