

Kursplan ab 06.05.2024

	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag			Freitag
Uhrzeit	Trainingsbereich	Kursraum 1	Trainingsbereich	Kursraum 1	Trainingsbereich	Kursraum 1	Trainingsbereich	Kursraum 1	Kursraum 2	Kursraum 1
08:15 - 09:00		08:00 Uhr Rehasport		Faszien-Fit Liebscher & Bracht		Rehasport	08:00 Uhr Faszien- zirkel			Pilates
09:15 - 10:00		Pilates	Faszien- zirkel	Fayo				Rehasport		PMR nach Jacobsen
10:30 - 11:15	Faszien- zirkel	Rehasport (Hocker)				Rehasport Rücken-Fit				Rehasport
Tel: 09451/942917 oder online unter www.kindler-reha-fit.de										
16:00 - 16:45								Rehasport		16:05 Uhr Faszien-Fit Liebscher & Bracht
17:00 - 17:45		Rehasport		Herzsport (Rehasport)		Rehasport sanft				Rehasport Rücken-Fit
18:00 - 18:45	Faszien- zirkel	AROHA		18:10 Uhr Rücken-Fit	Faszien- zirkel	(Zirkel-) BBP	Faszien- zirkel	Rehasport	Thai Bo	
19:00 - 19:45		Power- Pilates (demnächst)		Rehasport		Fayo		Relax-Fit		

BITTE alle Kurse im Voraus telefonisch oder online buchen!

Öffnungszeiten: Montag - Freitag 07:40 - 21:00 Uhr
Samstag 09:00 - 14:00 Uhr

REHASPORT: NUR Rehasportler mit genehmigter RS-Verordnung!

Faszien Zirkel: Teilnahme nur nach vorheriger Anmeldung zum Präventionskurs!