

# Kursplan ab 07.01.2025

	<b>Montag</b>		<b>Dienstag</b>		<b>Mittwoch</b>		<b>Donnerstag</b>			<b>Freitag</b>
Uhrzeit	Trainingsbereich	Kursraum 1	Trainingsbereich	Kursraum 1	Trainingsbereich	Kursraum 1	Trainingsbereich	Kursraum 1	Kursraum 2	Kursraum 1
08:15 - 09:00	Faszien-zirkel			Faszien-Fit Liebscher & Bracht		Rehasport	Faszien-zirkel			Pilates
09:15 - 10:00		Rehasport	Faszien-zirkel	Fayo				Rehasport		Latin Dance
10:30 - 11:15		10:15 Uhr Rehasport (Hocker)				Rehasport		Herzsport (Rehasport)		Rehasport
Tel: <a href="tel:09451942917">09451/942917</a> oder online unter <a href="http://www.kindler-reha-fit.de">www.kindler-reha-fit.de</a>										
16:00 - 16:45						Rehasport sanft		Rehasport		
17:00 - 17:45		Rehasport		Herzsport (Rehasport)		Rehasport sanft				Rehasport Rücken-Fit
18:00 - 18:45	Faszien-zirkel	Latin Dance		18:10 Uhr Rücken-Fit	Faszien-zirkel	(Zirkel-) BBP	Faszien-zirkel	Rehasport	HIIT	
19:00 - 19:45		Pilates		Rehasport		Fayo				

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!