

Unsere Gesundheitswelt-Kurse

ab November 2025

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
9.00 – 9.45 Uhr Rehasport		10.15 – 11.00 Uhr Rehasport		9.00 – 9.45 Uhr Fit ins Wochenende
	10.00 – 10.45 Uhr Ganzkörper- Workout	11.00 – 11.45 Uhr Pilates in der Schwangerschaft		
	16.30 – 17.15 Uhr Rehasport		16.15 – 17.00 Uhr Rehasport	
17:00 - 18:30 Uhr Yoga	17.30 – 18.15 Uhr Rückenfit		17.30 – 18.15 Uhr Rehasport	
	18.30 – 19.15 Uhr Pilates		18.30 – 19.15 Uhr Pilates	
	19.30 – 19.50 Uhr Power Bauch	19.00 – 19.45 Uhr Ganzkörper- Workout		