

REHASPORT- KURSPLAN vom 10.01. - 30.01.22

Nur **ROTE Kurse** sind 45 min lang und dürfen OHNE Zuzahlung besucht werden. **SCHWARZE KURSE** sind 60 min lang und dürfen nur mit monatlicher Zuzahlung von 8€ besucht werden.
LILA Kurse werden online nach Hause übertragen, eine Teilnahme ist immer möglich und die Unterschrift erfolgt dann im Studio. **Gestrichene Kurse** sind aktuell voll- dafür gibt es Wartelisten.

Montag				Dienstag				Mittwoch				Donnerstag				Freitag		Samstag	
R1	R2	R3	online	R1	R2	R3	online	R1	R2	R3	online	R1	R2	R3	online	R1	R2	R1	R2
8.30 h Senior-FIT Annett			8.30 h Wirbel-säule Annett	8.30 h Wirbel-säule Lenny				8.30 h Wirbel-säule Dani		*8.30 h Senior Zirkel		8.30 h Wirbel-säule 55' Silvia			8.30 h Wirbel-säule 55' Silvia				
9.25 h Senior-FIT Annett		9.00 h REHA Zirkel	9.25 h Wirbel-säule Annett	9.25 h Pilates 55' Silvia			9.25 h Pilates 55' Silvia	9.25 h Wirbel-säule Dani			9.25 h Wirbel-säule Dani		9.35 h Wirbel-säule/BEB Silvia	8.55 h REHA Zirkel					
				10.30 h Senior-FIT Lenny				10.20 h BBP Dani				10.30 h Bauch& Rücken Dani							
14.10 h Wirbel-säule Lenny			14.10 h Wirbel-säule Silvia	14.00 h Vital Fit Anja				14.00 h Wirbels./ Yoga Silvia											
				16.00 h Wirbel-säule Annett								16.00 h Wirbels./ Pilates Lenny							
16.45 h Wirbel-säule Dani			16.45 h Wirbel-säule Dani	17.00 h Wirbel-säule Annett			17.00 h Wirbel-säule Annett					17.00 h Wirbel-säule Paola		17.00 h REHA Zirkel	17.00 h Wirbel-säule Paola				
17.40 h Yoga Anja			17.40 h Yoga Anja	17.55 h Functional Workout 60' Paola			17.55 h Functional Workout Paola	17.55 h Pilates 55' Silvia			17.55 h Pilates Silvia	18.00 h Functional Workout 60' Paola							
				19.05 h Wirbel-säule 55' Paola			19.05 h Wirbel-säule 55' Paola	18.55 h Wirbel-säule Cordelia		18.45 h REHA Zirkel									

ZU ALLEN KURSEN
MUSS SICH
ANGEMELDET
WERDEN! NoExcuse-
App aus dem App-
Store
laden,Mailadresse und
Passwort vergeben, zu
Kursen anmelden.