



KURSPLAN



Montag

18.00 - 18.45 Uhr *Rehasport*
19.00 - 20.00 Uhr *Bauch, Beine, Po*

Dienstag

09.15 - 10.00 Uhr *Rehasport*
10.15 - 11.00 Uhr *Rehasport*
11.15 - 11.45 Uhr *Dehnung*
14.00 - 14.45 Uhr *Rehasport*

Mittwoch

17.00 - 17.45 Uhr *Rehasport*
18.00 - 19.00 Uhr *Funkt. Ganzkörpertraining*
19.00 - 19.30 Uhr *Dehnung*

Freitag

10.00 - 11.00 Uhr *Fit im Alltag*
18.00 - 19.00 Uhr *Yoga*

