

ZEIT	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	Samstag
9.00	Reha-Sport 09.15-10.00		Rückenfitness 09.30-10.30	Total Body 09.15-10.15	Rückenfitness 09.30-10.30	
10.00	Reha-Sport Funktionsgymnastik 10.15-11.00	FaYo 10.30-11.30	Reha-Sport Funktionsgymnastik 10.45-11.30			Rückenfitness 10.30-11.30
11.00			Reha-Sport 11.45-12.30			
14.00						
15.00						
16.00				Reha-Sport 16.15-17.00		
17.00	Tabata 17.30					
18.00		Strong Nation 18.30-19.30		Box-Workout 18.30-19.30		Achtung! Anmeldung eine Woche vorher möglich! (App oder Telefon) Max. 15 Teilnehmer
19.00	Step Aerobic 19.30-20.15	WORLD JUMPING 19.30-20.15	Box Out 19.15-20.15			
20.00	Rückenfitness 20.15-21.00					

