

Kursplan ab 11. Oktober 2021

Montag		Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
09:00 – 09:45 Rehasport		09:00 – 09:45 Rehasport	09:00 – 09:45 Rehasport	09:00 – 09:45 Rehasport	09:00 – 10:00 *Cardio Fitness Anastasiya
10:00 – 10:45 Fit&Gesund 50+ Anastasiya		10:00 – 10:45 Qigong Hr. Lehmann	10:00 – 10:45 *WSG nach L&B Hr. Lehmann		10:00 – 10:45 *WSG nach L&B Hr. Lehmann
		15:00 - 15:45 WSG/Rückenschule Anastasiya/Moni		15:00 – 15:45 *WSG nach L&B Hr. Lehmann	
16:00 – 16:45 Rehasport		16:00 – 17:00 *Kraft Aktiv Anastasiya	16:00 – 16:45 Rehasport	16:00 – 16:45 Rehasport	16:00 – 16:45 Rehasport
17:15 – 18:00 BBP Moni		17:30 – 18:30 Indoor Cycling Moni	17:00 – 17:45 WSG/Rückenschule Moni/Anastasiya	17:00 – 17:45 *Cardio Fitness Anastasiya	17:00 – 17:45 Workout Surprise Moni
18:30 – 19:15 *WSG nach L&B Hr. Lehmann			18:00 – 18:50 easy Cycling Moni	18:00 – 18:45 Body Forming Manuel	
			19:00 – 19:45 Pilates Moni	19:00 – 19:45 *Fa-Yoga Anastasiya	

*Liebscher & Bracht fester Kurs 12 Einheiten mit Zuzahlung / *Rückenschule 12 Einheiten mit Zuzahlung / *Kraft Aktiv u. Cardio Fitness 8 Einheiten mit Zuzahlung