

# UNSER KURSPLAN

gültig ab Juni 2022

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
12.30 - 13.00 Uhr <b>STRETCH &amp; RELAX</b>			10.00 - 10.45 Uhr <b>PRÄVENTIVES GELENKE TRAINING</b>	12.00 - 12.45 Uhr <b>STARKER RÜCKEN</b>
17.30 - 18.15 Uhr <b>PILATES</b>	17.00 - 17.45 Uhr <b>FASZIEN TRAINING</b>			17.00 - 17.30 Uhr <b>HIT TRAINING</b>
18.30 - 19.15 Uhr <b>STARKER RÜCKEN</b>		18.00 - 18.45 Uhr <b>PILATES</b>	18.30 - 19.15 Uhr <b>FUNCTIONAL TRAINING</b>	

\*Präventionskurse werden zu 80% von der Krankenkasse zurückerstattet.

Unser Kursangebot ist in ihrer Körperwerk-Mitgliedschaft enthalten.  
Wir freuen uns über eine Anmeldung am Empfang oder bei unseren Trainern!