

# UNSER KURSPLAN

gültig ab Januar 2025

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
09.20 - 10.00 Uhr <b>PRÄVENTIVES GELENKE TRAINING ZIRKEL</b>			10.00 - 10.45 Uhr <b>PRÄVENTIVES GELENKE TRAINING</b>	
10.00 - 10.40 Uhr <b>PRÄVENTIVES GELENKE TRAINING ZIRKEL</b>				
17.30 - 18.15 Uhr <b>PILATES</b>		17.30 - 18.15 Uhr <b>STARKER RÜCKEN</b>	17.30 - 18.30 Uhr <b>HATHA YOGA</b>	
18.30 - 19.15 Uhr <b>STARKER RÜCKEN</b>		18.30 - 19.15 Uhr <b>PILATES</b>	18.30 - 19.15 Uhr <b>FUNCTIONAL TRAINING</b>	

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

Bitte melden Sie sich online für die Kurse an:



Zur Kursbeschreibung:

