

# UNSER KURSPLAN

gültig ab März 2025

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
09.00 - 09.45 Uhr <b>IN BALANCE</b>		09.00 - 09.45 Uhr <b>PILATES</b>		
		10.30 - 11.15 Uhr <b>STRECH &amp; RELAX</b>		11.30 - 12.15 Uhr <b>STRECH &amp; RELAX</b>
	17.30 - 18.15 Uhr <b>PILATES</b>		17.30 - 18.15 Uhr <b>FUNCTIONAL TRAINING</b>	
18.30 - 19.15 Uhr <b>STARKER RÜCKEN</b>		18.30 - 19.15 Uhr <b>STARKER RÜCKEN</b>	18.30 - 19.15 Uhr <b>PILATES</b>	

Unser Kursangebot ist in Ihrer Körperwerk-Mitgliedschaft enthalten.

Wir freuen uns über eine Anmeldung am Empfang oder bei unseren Trainer\*innen!

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