

UNSER KURSPLAN

gültig ab Januar 2025

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

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

Bitte melden Sie sich online für die Kurse an:



Zur Kursbeschreibung:

