

KURSPLAN

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
<p>16:00 – 16:45 Uhr Kursraum 2. OG</p> <p>REHA ORTHOPÄDIE</p> <p><i>nur mit Rezept möglich</i></p>	<p>15:20 – 16:05 Uhr Kursraum 2. OG</p> <p>REHA ORTHOPÄDIE</p> <p><i>nur mit Rezept möglich</i></p>	<p>13:00 – 14:30 Uhr Kursraum 2. OG</p> <p>YOGA</p> <p><i>Atmung, Mobility, Entspannung</i></p>	<p>10:00 – 10:45 Uhr Kursraum 2. OG</p> <p>REHA ORTHOPÄDIE</p> <p><i>nur mit Rezept möglich</i></p>	<p>12:00 – 12:45 Uhr Kursraum 2. OG</p> <p>REHA LUNGE</p> <p><i>nur mit Rezept möglich</i></p>
<p>17:00 – 17:45 Uhr Kursraum 2. OG</p> <p>REHA ORTHOPÄDIE</p> <p><i>nur mit Rezept möglich</i></p>		<p>17:00 – 17:45 Uhr Kursraum 2. OG</p> <p>REHA ORTHOPÄDIE</p> <p><i>nur mit Rezept möglich</i></p>	<p>11:00 – 11:45 Uhr Kursraum 2. OG</p> <p>REHA ORTHOPÄDIE</p> <p><i>nur mit Rezept möglich</i></p>	
<p>18:00 – 19:00 Uhr Kursraum 2. OG</p> <p>FORM & SWEAT</p> <p><i>Ganzkörpertraining zur Musik</i></p>		<p>19:00 – 20:00 Uhr Kursraum 2. OG</p> <p>ASHTANGA YOGA*</p> <p><i>AYI® Innovation Basic Kurs</i></p>	<p>12:00 – 12:45 Uhr Kursraum 2. OG</p> <p>REHA LUNGE</p> <p><i>nur mit Rezept möglich</i></p>	
<p>19:00 – 19:45 Uhr Kursraum 2. OG</p> <p>STEP MIT DAGMAR*</p> <p><i>Ganzkörpertraining mit Step</i></p>	<p>!! NEU !!*</p>		<p>19:00 – 20:00 Uhr Kursraum 2. OG</p> <p>FORM & SWEAT</p> <p><i>Ganzkörpertraining zur Musik</i></p>	

* Start ab 02.05.2022

Mehr Fitness, mehr Beweglichkeit – für mehr Lebensqualität

