
































Kursplan



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
Vormittagskurse				08:30 - 09:15 Uhr Rehasport Hocker Sabine 	09:00 - 09:40 Uhr Mobility Leif 	
	10:20 - 11:00 Uhr Rückenfit Leif 	10:00 - 10:45 Uhr Rehasport Hocker Sabine 	10:00 - 10:40 Uhr Mobility Leif 	09:30 - 10:30 Uhr Yolates Simone 	10:30 - 11:00 Uhr Funktionstraining Clara / Jeremy 	10:00 - 11:00 Uhr Muscle Power Simon 
	11:30 - 12:00 Uhr Funktionstraining Leif 	11:00 - 11:40 Uhr Stabil im Alltag Leif 	11:00 - 11:40 Uhr Rückenfit Leif 	11:30 - 12:15 Uhr Rehasport + FT Clara / Jeremy 	11:00 - 11:45 Uhr Rehasport Clara / Jeremy 	11:00 - 11:40 Uhr Beat Step Simon 
	12:00 - 12:45 Uhr Rehasport Leif 	12:00 - 12:40 Männerperformance Leif 	12:00 - 12:45 Uhr Rehasport Leif 			
Nachmittagskurse	15:00 - 15:45 Uhr Turnmäuse Clara 					
	16:45 - 17:30 Uhr Rehasport Clara / Jeremy 			16:15 - 17:00 Uhr Rehasport Clara / Jeremy 	16:00 - 16:45 Uhr Rehasport Clara / Jeremy 	
		17:00 - 17:45 Uhr Rehasport Leif 		17:15 - 18:15 Uhr Yolates Simone 	17:30 - 18:10 Uhr Mobility Simon 	
Abendkurse	18:20 - 19:00 Uhr Bauch Beine Po Simon 	18:20 - 19:00 Uhr Arm Attack Leif 	19:00 - 20:00 Uhr Muscle Power Simon 	18:40 - 19:20 Uhr Bauch Beine Po Simon 		
	19:00 - 20:00 Uhr Muscle Power Simon 	19:30 - 21:00 Uhr Hatha Yoga Klaus 	20:00 - 20:40 Uhr Mobility Simon 	19:20 - 20:00 Uhr Beat Step Simon 