

Kursplan 360Grad Therapie & Training (ab Juli 2026)

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08:15 – 09:00 Uhr Rehasport	08:15 – 09:00 Uhr Rehasport	08:15 – 09:00 Uhr Rehasport	08:15– 09:00 Uhr Rehasport	08:15 – 09:00 Uhr Rehasport
09:15 – 10:00 Uhr Rehasport	09:15 – 10:05 Uhr Bauch & Rücken intensiv	09:10 – 10:10 Uhr Latino-Dance	09:15 – 10:00Uhr Rehasport	09:15 – 10:00 Uhr Rehasport
	11:15 – 12:00 Uhr Rehasport	10:15 – 11:00 Uhr Rehasport		10:15 – 11:00 Uhr Rehasport
	11:15 – 12:00 Uhr Rehasport	11:15 – 12:00 Uhr Rehasport	11:15-12:00 Uhr BBP+	11:15-12:00 Uhr Rückenfit
15:00 – 15:45 Uhr Rehasport	16:00 – 16:45 Uhr Rehasport	16:00 – 16:45 Uhr Rehasport	16:00 – 16:45 Uhr Rehasport	15:00 – 15:45 Uhr Rehasport
16:00 – 16:45 Uhr Rehasport	17:00 – 17:45 Uhr Rehasport	17:00 – 17:45 Uhr Rehasport	17:00 – 17:45 Uhr Rehasport	16:00 – 16:45 Uhr Rehasport
17:00 – 17:45 Uhr Rehasport	18:00 – 18:45 Uhr Yoga für Einsteiger	18:00 – 18:35 Uhr HIIT 18:35 – 19:00 Uhr Bauchkiller		17:00 – 18:20 Uhr Yoga
18:00 – 18:55 Uhr Just Dance 19:00 – 19:55 Uhr Strong Body	18:30 – 19:15 Uhr Functional Zirkel 19:00 – 20:20 Uhr Yoga für Geübte		19:30 – 20:30 Uhr Hybrid	

*Rehasport ist nicht Bestandteil der Mitgliedschaft & nur mit gültiger Verordnung und Anmeldung nutzbar!