

KURSE IM ÜBERBLICK

Der Rehasport wird in den Wirbelsäulengruppen durchgeführt

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
9:10 - 10:10 Funktionstraining	9:50 - 10:50 Funktionstraining	9:10 - 10:10 Funktionstraining	9:10 - 10:10 Funktionstraining	9:10 - 10:10 Funktionstraining
10:30 - 11:30 Zirkeltraining		10:20 - 11:20 Funktionstraining		10:30 - 11:30 Wirbelsäulen- gymnastik
			15:00 - 15:45 Fasziengymnastik	
16:50 - 17:50 Funktionstraining			16:00 - 17:00 Pilates	
	17:20 - 18:20 Zirkeltraining	17:00 - 18:00 Wirbelsäulen- gymnastik	17:20 - 18:20 Funktionstraining	
		18:10 - 19:10 Funktionstraining		
19:15 - 20:15 Zirkeltraining	19:00 - 20:00 Funktionstraining		19:00 - 20:00 Funktionstraining	