

Montag

Rehasport
8:00 - 8:45 Uhr

Pilates
9:00 - 9:45 Uhr

Yoga
10:00 - 11:30 Uhr

Mentalcoaching
18:00 - 18:45 Uhr

Achtsamkeit
19:00 - 19:45 Uhr

Dienstag

Rückenschule
9:00 - 9:45 Uhr

Kraft/Mobilität
11:00 - 11:45 Uhr

Frühkindl. Beweg.
16:00 - 16:45 Uhr

Tabata
17:00 - 17:45 Uhr

Faszientraining
18:00 - 18:45 Uhr

Mittwoch

Mentalchoaching
10:00 - 10:45 Uhr

Achtsamkeit
11:00 - 11:45 Uhr

Rehasport
16:00 - 16:45 Uhr

Yoga
17:15 - 18:45 Uhr

Pilates
19:00 - 19:45 Uhr

Yoga
20:00 - 20:45 Uhr

Donnerstag

Tabata
9:00 - 9:45 Uhr

Faszientraining
10:00 - 10:45 Uhr

Rückenschule
18:00 - 18:45 Uhr

Kraft/Mobilität
19:00 - 19:45 Uhr

Freitag

Samstag