

Wir freuen uns
auf Dich!

KURSPLAN



Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

08.00 – 08.55 Uhr INDOOR-CYCLING mit Janine				
9.00 – 9.45 Uhr REHASPORT ORTHOPÄD. GYMNASTIK	9.00 – 9.45 Uhr REHASPORT ORTHOPÄD. GYMNASTIK			9.00 – 9.45 Uhr Rehasport Orthopädie Gymnastik
AUCH ONLINE 10.00 – 10.55 Uhr HATHA-YOGA mit Britta	10.00 – 10.55 Uhr STRETCH & MOVE mit Rosana AUCH ONLINE	10.00 – 10.55 Uhr RÜCKENKURS mit Rosana AUCH ONLINE	10.00 – 10.55 Uhr BODY-TONING mit Britta AUCH ONLINE	10.00 – 10.55 Uhr PILATES mit Britta AUCH ONLINE
11.00 – 11.45 Uhr REHASPORT ORTHOPÄD. GYMNASTIK		11.00 – 11.45 Uhr REHASPORT ORTHOPÄD. GYMNASTIK	11.00 – 11.45 Uhr REHASPORT ORTHOPÄD. GYMNASTIK	11.00 – 11.45 Uhr REHASPORT ORTHOPÄD. GYMNASTIK
16.00 – 16.45 Uhr REHASPORT ORTHOPÄD. GYMNASTIK ▶	16.00 – 16.45 Uhr REHASPORT REHASPORT ▶	16.00 – 16.45 Uhr REHASPORT ORTHOPÄD. GYMNASTIK ▶	16.00 – 16.45 Uhr REHASPORT ORTHOPÄD. GYMNASTIK	
17.00 – 17.55 Uhr RÜCKENKURS mit Chris AUCH ONLINE	17.00 – 17.45 Uhr REHASPORT ORTHOPÄD. GYMNASTIK	17.00 – 17.55 Uhr RÜCKENKURS mit Jessica AUCH ONLINE	Pilates-Flow 10 x für Anfänger mit Jessica ab 7.12.23 ▶	17.00 – 17.55 Uhr RÜCKENKURS mit Janine AUCH ONLINE
18.00 – 18.55 Uhr MOBILITY LAUFKURS MOVEMENT ▶	18.00 – 18.55 Uhr HATHA-YOGA mit Britta AUCH ONLINE	18.00 – 18.55 Uhr BOOTCAMP WORKOUT mit Chris	18.00 – 18.45 Uhr REHASPORT ORTHOPÄD. GYMNASTIK	18.00 – 18.55 Uhr SPINNING mit Janine
19.00 – 19.55 Uhr ZUMBA mit Pedro AUCH ONLINE	19.00 – 19.55 Uhr FUNCTIONAL HIIT mit Daniel	19.00 – 19.55 Uhr POWER-PILATES mit Nicol AUCH ONLINE	19.00 – 19.55 Uhr BODY-TONING mit Jakob AUCH ONLINE	19.00 – 19.45 Uhr REHASPORT ORTHOPÄD. GYMNASTIK ▶
20.00 – 20.45 Uhr REHASPORT ORTHOPÄD. GYMNASTIK	20.00 – 20.45 Uhr REHASPORT ORTHOPÄD. GYMNASTIK			

Rehasport NUR mit Verordnung eines Arztes und Genehmigung der Krankenkasse, Tel.-Nr.: 0791/856325, Mo-Fr 7-21:30, Sa 10-18:00