

Kursplan Gesundheitssport 2020

ab September

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag
Kursraum	Sporttherapie	Kursraum	Sporttherapie	Kursraum	Sporttherapie	Kursraum	Sporttherapie	Kursraum
08:30 - 09:30 Reha-Sport						08:30 - 09:30 Reha-Sport		
		09:15 - 10:15 Reha-Sport	9:45 - 10:45 Fit mit Baby	09:15 - 10:15 Reha-Sport				09:15 - 10:15 Reha-Sport
09:45 - 10:45 Reha-Sport						09:45 - 10:30 Reha-Sport		
		10:30 - 11:30 Reha-Sport		10:30 - 11:30 Reha-Sport			10:45 - 11:45 Nordic Walking	10:30 - 11:30 Reha-Sport
11:00 - 12:00 Reha-Sport								
14:30 - 15:30 Reha-Sport								
		16:30 - 17:30 Reha-Sport		17:00 - 18:00 Reha-Sport			16:30 - 18:00 Hatha-Yoga	
17:30 - 18:30 Senioren Yoga		17:45 - 18:45 Reha-Sport	18:30 - 20:00 Ashtanga-Yoga			18:00 - 19:30 Reha-Sport		
ab 7.9.								

ab September findet der Reha-Sport wieder in den Kursräumen statt