

Kursplan/Präventionssport

- findet in der Hauptstraße 46 statt -

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
8:30 Hüftschule Christel Edelmann		8:30 Yoga Kerstin Weigel	8:30 Fit in den Tag Ute Dingler	
9:45 Hüftschule Christel Edelman	9:30 Sturzprophylaxe * Christel Edelmann	9:45 Sturzprophylaxe * Christel Edelmann		
	11:00 Rückenfit Lisa Bächle	11:00 Hüftschule Christel Edelmann	10:00 Knieschule Conny Trost	10:00 Rückenfit * Julia Rechthaler
		13:00 Rückenfit * Kira Röhm		11:15 Knieschule Inga Ricci
	15:30 Entspannt&Stark Lisa Bächle			
18:00 Yoga Karin Aulwurm			17:00 Fit mit Musik * Kira Röhm	
19:10 Qi Gong Silke Nagel	18:15 Rückenfit * Kira Röhm	17:45 Yoga Jenny Seemüller	18:00 Pilates Kira Röhm	
		19:00 Yoga Jenny Seemüller		

Bringen Sie bitte zu jedem Termin Sportschuhe und ein Handtuch mit.
Terminabsagen bitte 24h im Voraus.

10er Karte (115€)
* Kurse anerkannt ZPP