

Komplettes Kurs-Angebot in der physio balance

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
07:00			WS NM *			
08:00	WS + Beckenboden	WS NM *	WS/HWS	Osteoporose	WS/HWS	
09:00	WS	WS NM *	WS	WS	WS	
10:00	WS	Lungensport	WS	Neuro	WS/HWS	
11:00	WS Senioren	Lungensport	Hüfte/Knie	WS	WS	
12:00	Hüfte/Knie	WS/HWS	Hocker-Gymnastik	WS	WS NM *	
13:00	WS NM *	WS + Pilates	WS	WS Senioren	WS NM *	
14:00	WS	Lungensport	Hüfte/Knie	Lungensport		
15:00	Herz-Kreislauf **	WS + Body Art		WS Senioren NM*		Kurs * beitragsfrei
16:00		WS + Yoga	Pilates **			Kurs ** kein Rehasportangebot
17:00	Herz-Kreislauf **	WS/HWS	WS Fit	WS		
18:00	WS JANDA	WS	Crosshaus **	WS/HWS		
19:00	Pilates **	WS	Flexibilität **	WS		