

Kursplan Woman's GmbH Fitnessclub für die Frau Telefon 06132 780093

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
09.00 – 9.45 REHASPORT	9.30 – 10.15 3D-Gelenk- & Rückenschule		09.30 – 10.30 Gymnastik	09.30 – 10.30 Fit ins Wochenende		
10.00 – 10.45 REHASPORT	10.25 – 11.10 3D-Gelenk- & Rückenschule				Kurs nach Aushang	Kurs nach Aushang

			16.00 – 16.45 REHASPORT	17.00 – 18.00 Rückenfit		
		17.00 – 17.45 REHASPORT	17.00 – 17.45 REHASPORT	18.00 – 18.30 Mobilisation & Stretching		

18.00 – 19.00 Fat Burner	18.00 – 19.00 Body -Online-	18.00 – 18.45 REHASPORT	18.00 – 19.00 B.B.P -Präsenz- + -Online-	
19.00 – 19.30 Mobilisation & Stretching	19.00 – 20.30 Yoga	18.00 – 19.00 Pilates -Online-		
		19.00 – 20.00 Indoor Cycling		

Öffnungszeiten:

Mo. – Fr. 08.30 – 21.30 Uhr
 Sa. 13.00 – 18.00 Uhr
 So. & Feiertage 10.00 – 15.00 Uhr

Tel: 06132/780093

Dieser Plan gilt vorläufig und kann bei Bedarf geändert werden.

Gültig ab 01.03.2022

Nach Kursbeginn nicht mehr stören!!