



KURSPLAN gültig ab 02.01.2020

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
8:30 – 9:15 Uhr Rehasport 1 Matthias	8:30 – 9:15 Uhr Rehasport 4 Simone			
		8:00 – 8:45 Uhr Rehasport 7 Matthias	9:00 – 9:45 Uhr Rehasport 10 Simone	
	9:30 – 10:15 Uhr Rehasport 5 Martina		10:00 – 10:45 Uhr Rehasport 14 Julissa	9:30 – 10:15 Uhr Rehasport 11 Simone
	10:30 – 11:15 Uhr Rehasport 6 „Low Level“ Martina	10:30 – 12:00 Uhr Qi Gong Axel (externer Anbieter)		
15:00 – 15:45 Uhr Rehasport 2 Martina				
16:00 – 16:45 Uhr Flexibilität u. Dehnung Martina	15:50 – 16:30 Uhr TRX 2 Simone			
17:00 – 17:45 Uhr Rehasport 3/ Rückenfit Martina			17:00 – 17:45 Uhr Zirkeltraining BodyWeight/ Rehasport 13 „High Level“ Matthias	
		18:00 – 18:45 Uhr Rehasport 8 Simone		18:00 – 18:45 Uhr Rehasport 12 Simone
19:00 – 19:40 Uhr TRX 1 Simone		19:00 – 19:45 Uhr Rehasport 9 Simone	20:00 – 21:30 Uhr Tai Chi Axel (externer Anbieter)	

Für die Teilnahme an den Kursen Rehasport ist eine gültige Verordnung erforderlich!

Alle bisherigen Kurszeiten oder Kurse verlieren ab dem 02.01.2020 ihre Gültigkeit!