



Kursplan



Veranstaltungs- und Dienstleistungszentrum
Bad Dürrenberg GmbH

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08:00	Geräte 7:30-9:00				
09:00	Geräte 9:00-10:00			Rehasport 9:00-9:45	Fit in den Tag 9:00-10:00
10:00	Rehasport 10:00-10:45	Wirbelsäulen- gym. 10:00		Geräte 9:00-11:00	Rehasport 10:00-10:45
11:00		Rehasport 11:00-11:45	Geräte 10:00-12:00		Rehasport 11:00-11:45
12:00					
13:00				Rehasport 12:00-12:45	
14:00					Herzsport 14:00-15:00
15:00				Rehasport 15:00-15:45	
16:00	NEU		NEU	Rehasport 16:00-16:45	
17:00		Geräte		Rehasport 17:00-17:45	Core Training 17:00 -18:00
18:00	Geräte 17:00-21:00	16:00-21:00	Geräte 17:00-21:00	Geräte 16:00-21:00	Yoga 18:00-19:00
19:00				Total Body Work 19:00	Yoga 19:00-20:00
20:00					