

KURSPLAN GESUNDHEITSSPORT

10-er Karten
150 €

Sport ist die Grundlage IHRER Gesundheit

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
	8.00-8.45 Uhr REHASPORT	8.00-8.45 Uhr REHASPORT		8.00-8.45 Uhr REHASPORT	
9.00-9.45 Uhr REHASPORT	9.00-9.45 Uhr REHASPORT	9.00-9.45 Uhr FÜNF ESSENER / REHASPORT	9.00-9.45 Uhr REHASPORT	9.00-9.45 Uhr REHASPORT	9.00-10.00 Uhr PILATES BECKENBODEN
10.00-10.45 Uhr REHASPORT +		10.00-10.45 Uhr REHASPORT	10.00-10.45 Uhr REHASPORT	10.00-10.45 Uhr REHASPORT +	10.00-10.45 Uhr ZUMBAEROBIC ¹
		11.00-11.45 Uhr REHASPORT +		11.00-11.45 Uhr REHASPORT +	
		15.00-15.45 Uhr REHASPORT +			
	16.00-16.45 Uhr REHASPORT	16.00-16.45 Uhr KNIE SPORT	16.00-16.45 Uhr REHASPORT		1. + 2. Samstag im Monat ZUMBAEROBIC
17.00-17.45 Uhr REHASPORT	17.00-17.45 Uhr REHASPORT	17.00-17.45 Uhr REHASPORT	17.00-17.45 Uhr REHASPORT	17.00-17.45 Uhr REHASPORT	
18.00-18.45 Uhr RÜCKENFIT	18.00-18.45 Uhr ZUMBAEROBIC	18.00-18.45 Uhr GANZKÖRPERTRAINING	18.00-18.45 Uhr YOGA „SANFT“	18.00-18.45 Uhr REHASPORT	
18.50-19.20 Uhr TRX	19.00-20.00 Uhr PILATES BECKENBODEN	18.50-19.20 Uhr TRX	18.50-19.50 Uhr YOGA		
19.30-20.15 Uhr REHASPORT		19.25-19:45 Uhr FASZIEN TRAINING	20.00-20.45 Uhr REHASPORT		

Rehasport +: Kursinhalte vorwiegend im Sitzen.

Stand März 2023

WWW.INVIVO-PHYSIO.DE

 KURSBEREICH  REHASPORT