












Kursplan

ab 04.09.2023

| | MO | DI | MI | DO | FR | SA | SO |
|-------------|---|---|---|--|---|--|---|
| Raum |  |  |  |  |  |  |  |
| | | | | 08:30-09:45 Hatha Yoga | | 08:30-09:15 Rehasport <i>nur mit Verordnung</i> | |
| | 09:00-10:00 WSG | | 09:30-10:30 BBP | 10:00-11:00 WSG | | 09:30-10:30 WSG | |
| | 10:15-11:00 Rehasport <i>nur mit Verordnung</i> | | | | | 10:45-11:45  | 10:00-11:30 Hatha Yoga |
| | | | 11:00-11:45 Rehasport <i>nur mit Verordnung</i> | | | | 10:00-11:00 WSG |
| | | | | | | | 11:15-12:15 Indoor Cycling |
| | | | | | | 15:15-16:00 Rehasport <i>nur mit Verordnung</i> | |
| | | | | | | 14:00-15:00 Muscle Power | |
| | | | 16:00-16:45 Rehasport <i>nur mit Verordnung</i> | 16:00-16:45 Rehasport <i>nur mit Verordnung</i> | | 16:15-17:00 BodyStyling | 15:15-16:15 Indoor Cycling |
| | 17:00-18:00 Qi Gong | | 17:30-18:20 Indoor Cycling | 17:00-18:00 RückenFit | 17:00-18:00 BodyStyling | 17:15-18:15 RückenFit | Für die Teilnahme an den Kursen (ausgenommen Rehasport) bitte Online über die MySports App anmelden.  |
| | 18:10-19:25 Yoga | | 18:30-19:15 BBP | | 18:15-19:15 Indoor Cycling | 18:10-19:10  | |
| | 19:30-20:30 Tabata | | 19:20-20:20 WSG | 19:30-20:30  | | 19:20-20:20 Tabata | |
| | | | 20:30-21:15 Rehasport <i>nur mit Verordnung</i> | | | 20:30-21:15 Rehasport <i>nur mit Verordnung</i> | |
| | | | | | | | |