

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
BALLance 9.15 -10.00Uhr	Rückenfit 9:15-10:15 Uhr	Guten Morgen Mix 9:15-10:15 Uhr	Rückenfit 9:15-10:15 Uhr	Yoga 9.15 -10.15 Uhr
REHA 10:30-11:15 Uhr		REHA 10:30-11:15 Uhr	REHA 10:30-11:15 Uhr	YOGA 10:30-11:30 Uhr

BAUSTELLENPLAN bis ENDE MÄRZ 22

				REHA 16:15 -17:00 Uhr
BALLance 16.30 - 17.15 Uhr		REHA 17:15-18.00 Uhr	YOGA 17:15-18:15 Uhr	Basis- Cycling 17.45 -18.30 Uhr
Langhantel-Workout* 17:45-18:40 Uhr	REHA 18:00-18:45 Uhr	Basis-Cycling* 18:00-18:45 Uhr	Langhantel-Workout* 18:30-19:30 Uhr	Basis-Cycling* 18:45-19:30 Uhr
Rückenfit 19:00-18:50 Uhr	Fit-Mix 18:45-19.45 Uhr	RSC Biberach	YOGA 20:00 -21:00 Uhr	
Rückenfit 20.00 -20.50 Uhr	BALLance 19.45 -20.30	REHA 20.00- 20.45		
Trainerzeiten 9:00-12:00 16:00-21:00	Trainerzeiten 9:00-12:00 16:00-21:00	Trainerzeiten 9:00-12:00 16:00-21:00	Trainerzeiten 9:00-12:00 16:00-21:00	Trainerzeiten 9:00 -12.00 16:00-21:00

Arztverordnung	AOK	Vital	Prävention	separat buchbar
-----------------------	------------	--------------	-------------------	------------------------

Sonntag

Intensiv-Cycling*

9:45-11:15 Uhr



Kursplan

Winter 21/22

