

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Sonntag
BALLance 9.15-10.00 Uhr	REHA 9.15-10.00 Uhr	Guten Morgen Mix 9.15-10.15 Uhr	Rückenfit 9.15-10.15 Uhr	YOGA* 9.15-10.15 Uhr	Intensiv-Cycling 9.45-11.15 Uhr
REHA 10.30-11.15 Uhr		REHA 10.30-11.15 Uhr	REHA 10.30-11.15 Uhr	REHA 10.30-11.15 Uhr	

Kursplan



		REHA 17.15-18.00 Uhr	YOGA* 17.15-18.15 Uhr	REHA 16.15-17.00 Uhr
VITAthletics 17.45-18.45 Uhr	REHA 17.30-18.15 Uhr	Basic Cycling 18.10-18.55 Uhr	VITAthletics 18.30-19.30 Uhr	Basic Cycling 18.30 - 19.15 Uhr
Rückenfit 19.00-20:00 Uhr			YOGA* 20.00-21.00 Uhr	
	REHA 20.00-20.45 Uhr	BALLance 19.30 -20.15 Uhr		
Trainerzeiten 9.00-12.00 Uhr 16.00-20.00 Uhr	Trainerzeiten 9.00-12.00 Uhr 16.00-21.00 Uhr	Trainerzeiten 9.00-12.00 Uhr 16.00-21.00 Uhr	Trainerzeiten 9.00-12.00 Uhr 16.00-20.00 Uhr	Trainerzeiten 9.00-17.00 Uhr



Arztverordnung	Ausdauer	Vital / Power	Prävention	<i>Entspannung / Beweglichkeit</i>
-----------------------	-----------------	----------------------	-------------------	------------------------------------



07351 / 73255



01556 1694025



info@vita-sport.de

