




Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
<p>09:30 - 10:15 Uhr Gesunder Rücken</p> <p>10:30 - 11:00 Body & Mind</p>  <p>17:00 - 17:45 Uhr REHA Orthopädie Teilnahme nur mit Rezept möglich</p> <p>18:00 - 18:45 Uhr Funktionelles Intervalltraining</p> <p>19:00 - 19:45 Uhr Zumba ®</p>	<p>09:30 - 10:15 Uhr Haltung bewahren</p> <p>10:30 - 11:15 Uhr Pilates + Stretch</p> <p>11:30 - 12:15 Uhr REHA Orthopädie Teilnahme nur mit Rezept möglich</p> <p>17:00 - 17:45 Uhr REHA Orthopädie Teilnahme nur mit Rezept möglich</p> <p>18:00 - 19:15 Uhr Yoga</p>	<p>09:30 - 10:15 Uhr Gesunder Rücken</p> <p>10:30 - 11:15 Uhr Zumba Gold ®</p> <p>11:30 - 12:00 Uhr Funktionelles Intervalltraining</p> <p>13:00 - 13:45 Uhr REHA Orthopädie Teilnahme nur mit Rezept möglich</p> <p>14:00 - 14:45 Uhr REHA Orthopädie Teilnahme nur mit Rezept möglich</p> <p>18:00 - 18:45 Uhr BBP und mehr</p> <p>19:00 - 19:45 Uhr Step Choreo</p> <p>Outdoor: 19.00-20.00 Nordic Walking</p>	<p>Outdoor: 09:30 - 10:30 Uhr Nordic Walking</p> <p>09:30 - 10:15 Uhr BBP und mehr</p> <p>10:30 - 11:15 Uhr Zumba ®</p> <p>11:30 - 12:15 Uhr REHA Orthopädie Teilnahme nur mit Rezept möglich</p>  <p>18:00 - 18:45 Uhr Gesunder Rücken</p> <p>19:00 - 19:45 Uhr Pilates</p>	<p>09:30 - 10:15 Uhr Gesunder Rücken</p> <p>10:30 - 11:15 Uhr Pilates</p> <p>11:30 - 12:15 Uhr REHA Orthopädie Teilnahme nur mit Rezept möglich</p> <p>12:30 - 13:15 Uhr REHA Lungensport Teilnahme nur mit Rezept möglich</p> <p>17:30 - 18:00 Uhr Body & Mind</p> <p>18:15 - 19:15 Uhr Yoga</p>	<p>10:30 - 11:30 Uhr Good Morning Workout</p> 	<p>10:30 - 11:15 Uhr Gesunder Rücken</p> <p>11:30 - 12:15 Uhr Bodytoning</p>
					<p>Kurzfristige Änderungen vorbehalten.</p> <p>Die angebotenen Kurse finden ab einer Mindestteilnehmerzahl von 3 Personen statt.</p> <p>Wir behalten uns vor, die Kurse bei einer mangelnden Teilnehmerzahl über mehrere Wochen hin abzuändern bzw. aus dem Kursprogramm zu streichen.</p>	