

Kursplan: Kursraum

17.09.2018 - 23.09.2018

REHA-VITAL: Rehasport-Kurse gem. § 44 nur mit Verordnung (Mindestteilnehmerzahl 5)

Aktivital-Fitness
 Bahnhofstr. 5
 58553 Halver
 02353 10804
 info@aktivital-fitness.de



Montag 17.09.2018	Dienstag 18.09.2018	Mittwoch 19.09.2018	Donnerstag 20.09.2018	Freitag 21.09.2018	Samstag 22.09.2018	Sonntag 23.09.2018
10:15 - 11:00 Reha-Vital	10:00 - 10:45 Reha-Vital	09:00 - 10:00 Fit im Rücken	10:00 - 10:45 Reha-Vital	10:15 - 11:00 Reha-Vital		
17:30 - 18:15 Reha-Vital	10:45 - 11:30 Reha-Vital	17:15 - 18:00 Reha-Vital	17:30 - 18:00 Bauchkiller	15:30 - 16:15 Reha-Vital		
18:30 - 19:00 Tabata HIIT	17:30 - 18:15 Reha-Vital	18:00 - 19:00 Fit im Rücken	18:00 - 19:00 Functional Training...	17:00 - 18:00 Pilates Sissi		
19:15 - 20:15 Zumba	18:30 - 19:30 Bauch Beine Po	19:00 - 20:00 Indoor Cycling	19:00 - 20:00 Indoor Cycling	18:00 - 18:45 Reha-Vital		
	19:30 - 20:30 Indoor Cycling					

- Ausdauer
- Dance & Fun
- Figur
- Gesundheit
- Kraft
- Rehasport

Änderungen am Kursprogramm bleiben vorbehalten. Voraussetzung für die Kursdurchführung sind 3 Teilnehmer.

Stand: 21.09.2018