

Kursplan: Kursraum

21.01.2019 - 27.01.2019

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

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



Montag 21.01.2019	Dienstag 22.01.2019	Mittwoch 23.01.2019	Donnerstag 24.01.2019	Freitag 25.01.2019	Samstag 26.01.2019	Sonntag 27.01.2019
09:00 - 09:45 Reha-Vital	10:00 - 10:45 Reha-Vital	09:00 - 10:00 Fit im Rücken	10:00 - 10:45 Reha-Vital	09:00 - 09:45 Indoor Cycling Helmut oder Freddy		
10:15 - 11:00 Reha-Vital	10:45 - 11:30 Reha-Vital	10:15 - 11:00 Reha-Vital	10:45 - 11:30 Reha-Vital	10:15 - 11:00 Reha-Vital		
17:30 - 18:15 Reha-Vital	17:30 - 18:15 Reha-Vital	17:15 - 18:00 Reha-Vital	17:30 - 18:00 Bauchkiller	15:30 - 16:15 Reha-Vital		
18:15 - 19:00 Tabata HIIT	18:30 - 19:30 Bauch Beine Po	18:00 - 19:00 Fit im Rücken	18:00 - 19:00 Functional Training...	18:00 - 18:45 Reha-Vital		
19:00 - 20:00 Pilates Sissi	19:30 - 20:30 Indoor Cycling	19:00 - 20:00 Indoor Cycling	19:00 - 20:00 Indoor Cycling			

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

Stand: 24.01.2019
 Änderungen am Kursprogramm bleiben vorbehalten. Voraussetzung für die Kursdurchführung sind 5 Teilnehmer.