

K U R S P L A N

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
				
17.30 – 18.30 Wirbelsäulengymnastik (A)	18.00 – 19.00 „Fit mit Yoga“ (A)		18.30 – 19.30 „Stabilisation Wirbelsäule“ (A)	11.00 – 12.15 „Yoga - Basic“ (A)
18.45 – 19.45 „Indoor Cycling“ (A)*			19.45 – 20.45 „Pilates“ (A)	18.00 – 19.30 „Indoor Cycling“ (A)*

* Da die Teilnehmerzahl durch die Anzahl der Indoor – Bikes begrenzt wird, bitte für die Indoor – Cycling Kurse beim Studio – Personal anmelden!

Eignung der Kurse:

E = Einsteiger/Anfänger

M = Mittleres Niveau

F = Fortgeschrittene

A = Für Alle geeignet



REHA-SPORT

Weilburger Str. 23

35638 Leun-Biskirchen

Tel.: 0 64 73 – 31 71

www.reha-sport.eu

info@reha-sport.eu