

MONTAG
DIENSTAG
MITTWOCH
DONNERSTAG
FREITAG
SAMSTAG

09:00 – 10:00
**Präventives
Zirkeltraining \$20**

08:30 – 10:30
T-RENA
Reha Nachsorge

09:00 – 10:30
Yoga *
Martina Schorn

08:30 – 10:30
T-RENA
Reha Nachsorge

07:30 – 09:00
Laufjunkies
Kerstin Zwinger

08:30 – 10:30
T-RENA
Reha Nachsorge

09:00 – 10:00
**Präventives
Zirkeltraining \$20**

10:45 – 11:45
Sanftes-Yoga
Martina Schorn

09:00 – 10:00
**Präventives
Zirkeltraining \$20**

Öffnungszeiten

MO. - FR. 08.00 - 22.00 UHR

SA. 09.00 - 15.00 UHR

TEL.: 09951-98710

08:30 – 09:15
Reha-Sport
Sven Einhell

09:00 – 09:45
Reha-Sport
Klaus Ruhland

09:00 – 09:45
Reha-Sport
Franz Lehermeier

Auch 10er-Karten für Kurse erhältlich!

09:30 – 10:30
Zirkeltraining
Sven Einhell

10:00 – 10:45
Reha-Sport
Klaus Ruhland

17:00 – 17:45
Reha-Sport
Sven Einhell

17:00 – 17:45
Reha-Sport
Franz Lehermeier

15:30 – 17:30
T-RENA
Reha Nachsorge

17:30 – 19:30
T-RENA
Reha Nachsorge

15:30 – 17:30
T-RENA
Reha Nachsorge

16:00 – 17:00
**Präventives
Zirkeltraining \$20**

● T-Rena & Reha-Sport
(nur mit Verordnung)

● hohe Intensität

● Ausdauer Kraft

● Gymnastik

17:30 – 18:30
Laufjunkies
Kerstin Zwinger

16:00 – 17:00
**Präventives
Zirkeltraining \$20**

18:00 – 18:45
Reha-Sport
Franz Lehermeier

16:00 – 17:00
**Präventives
Zirkeltraining \$20**

Für Mitglieder inkludiert! Laufjunkies Nov. - Mär. Winterpause

17:30 – 19:30
T-RENA
Reha Nachsorge

17:00 – 17:45
Reha-Sport
Sven Einhell

17:30 – 18:30
Laufjunkies
Kerstin Zwinger

17:00 – 18:00
Faszienfitness *
Sandra Müller

* Yoga und Faszienfitness sind geschlossene Gruppen.

18:00 – 19:00
**Präventives
Zirkeltraining \$20**

17:50 – 18:50
Pilates
Karin Schramm

18:00 – 19:00
**Präventives
Zirkeltraining \$20**

18:00 – 19:00
Core-Training
Sandra Müller

● Präventives Kraftausdauer- zirkeltraining nach § 20

Die gesetzlichen Krankenkassen
erstatten bis zu 100% der Kursgebühr.
Es ist kein Rezept erforderlich!

19:00 – 20:00
Korce
Silvia Lohmer

18:55 – 19:55
Zirkeltraining
Sven Einhell

19:00 – 20:00
Langhantel-Kurs
Silvia Lohmer

20:00 – 21:30
Yoga
Martina Schorn

20:00 – 21:30
Yoga
Martina Schorn