

KURSPLAN

MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO
	8.15 UHR REHAFIT 45min					
9.00 UHR REHAFIT 45min	9.00 UHR REHAFIT 45min	9.00 UHR REHAFIT 45min		9.00 UHR REHAFIT 45min		
10.00 UHR REHAFIT 45min	10.00 UHR MOBILITY 30 min	10.00 UHR BAUCH BEINE PO 45min	10.00 UHR REHAFIT 45min	10.00 UHR BASIC CYCLING 45min		
11.00 UHR YOGA 45min				10.50 UHR BAUCH BEINE PO 45min	13.30 UHR CARDIO- POWER- WORKOUT 120min	
17.00 UHR REHAFIT 45min	17.00 UHR REHAFIT 45min		17.00 UHR REHAFIT 45min			
18.00 UHR CORE EXPRESS 20min	18.00 UHR DEEPWORK 60min	18.00 UHR REHAFIT 45min	18.00 UHR YOGA 45min			
18.25 UHR BARBELL POWER 45min	19.00 UHR MOBILITY 30min	19.00 UHR CORE EXPRESS 20min	19.00 UHR INDOOR CYCLING 60min			
19.15 UHR HIIT 30min	19.30 UHR REHAFIT 45min	19.25 UHR STAYFIT 60min				