

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Sonntag
8:00		FIVE 2 *		FIVE 2 *		
9:00		Muskeln & Faszien	Pilates Matte			Yoga
10:00		Pilates Matte	Starker Rücken	Time Out		Yoga
11:00			Muskeln & Faszien	Gehirnjogging		
16:00						
17:00	FIVE 1 *		FIVE 1 *	Muskeln & Faszien		
18:00		Pilates Beginner		Yoga	HIT	
19:00	Pilates Beginner	Pilates Matte		Pilates Matte		
20:00	Pilates Matte					

* Nach Paragraph 20 Abs. 1 SGB V Primärprävention fördern Krankenkassen Präventionskurse aus den Bereichen „Bewegungsgewohnheiten“, „Ernährung“ und „Entspannung“. Dabei übernimmt Ihre Krankenkasse bis zu 80 % der Kosten. Die Starttermine unserer Präventionskurse (je 8 Einheiten) erfahren Sie auf unserer Homepage oder am Empfang.

Körperwerk)
training · therapie

DAS BESTE
FÜR MEINE GESUNDHEIT:
TRAINING MIT KONZEPT!

