

# KURSPROGRAMM



Sommer 2021 ab 07.06.21

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
		<b>08.45 REHA-Sport</b> 45 Min			
<b>09.00 BBP</b> 60 Min		<b>09.30 Wirbelsäulen- gymnastik</b> 60 Min	<b>09.30 REHA-Sport</b> 45 Min	<b>09.00 AeroMix</b> 60 Min	
<b>10.00 REHA-Sport</b> 45 Min	<b>10.00 REHA-Sport</b> 45 Min	<b>10.00 Indoor-Cycling</b> 60 Min			
<b>17.15 REHA-Sport</b> 45 Min	<b>17.15 REHA-Sport</b> 45 Min				
	<b>17.30 Yoga</b> 90 Min	<b>17.30 BBR Body- Workout</b> 60 Min	<b>17.30 REHA-Sport</b> 45 Min		
<b>18.00 Power - Fit</b> 60 Min	<b>18.00 Faszientraining</b> 60 Min		<b>18.00 Pilates</b> 60 Min		
<b>18.00 Indoor-Cycling</b> 60 Min		<b>18.30 Zumba</b> 60 Min			
			<b>18.30 Indoor-Cycling</b> 60 Min		
<b>19.00 Zumba</b> 60 Min	<b>19.15 REHA-Sport</b> 45 Min				

Sauna Öffnungszeiten:

**Gemischte Sauna:** Mo - Mi: 16 bis 22 Uhr, Fr: 10 bis 22 Uhr, Sa/So und Feiertage: 16 bis 21 Uhr (Feiertags grundsätzlich gemischte Sauna!)

**Damensauna:** Do: 14 bis 22 Uhr