



TROCKENKURSE

nur mit Voranmeldung



| Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag |
|---------------------------------------|--|--------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|
| Funktionstraining 08:00 - 08:30 | Funktionstraining 09:30 - 10:00 | | | Funktionstraining 08:45 - 09:15 |
| Rehasport Hüfte/Knie 08:30 - 09:15 | Rehasport 10:00 - 10:45 | Rehasport 09:00 - 9:45 | | Rehasport 09:15 - 10:00 |
| | Funktionstr. Senioren 10:45 - 11:15 | Babys in Bewegung 11:00 - 11:45 | Babys in Bewegung 10:15 - 11:00 | Funktionstraining 10:00 - 10:30 |
| | Herz - /Lungensport 11:15 - 12:15 | | Rehasport 11:15 - 12:00 | Rehasport 10:30 - 11:15 |
| Kletter - Max 14:30 - 15:15 | | | | Lungensport 14:15 - 15:00 |
| Kletter - Max 15:15 - 16:00 | | Reha - Hüfte & Knie 14:00 - 14:45 | Kletter - Max 14:45 - 15:30 | Kletter - Max 15:15 - 16:00 |
| | | Neurofit 15:15 - 16:00 | Funktionstraining 17:00 - 17:30 | Kletter - Max 16:00 - 16:45 |
| Pilates 16:45 - 17:45 | | Herzsport 16:00 - 17:00 | Funktionstraining 17:30 - 18:00 | |
| Funktionstraining 17:45 - 18:15 | Funktionstraining 17:45 - 18:15 | Funktionstraining 17:30 - 18:00 | Rehasport 18:00 - 18:45 | |
| Rehasport 18:15 - 19:00 | Rehasport 18:15 - 19:00 | | Funktionstraining 18:45 - 19:15 | |
| Rehasport 19:00-19:45 | Funktionstraining 19:00 - 19:30 | | | |
| Rehasport 19:45 - 20:30 | Rehasport 19:30 - 20:15 | Rehasport 20:00 - 20:45 | | |

Gültig ab: 01.01.2025