

Kursplan

Anmeldung erforderlich!

Tel.: 03375-20 35 20



www.gesundheitszentrum-kw.de

	MO	Di	MI	DO
				9:30 Uhr Wirbelsäulengymnastik
	10:30 Uhr WSG/Rückenschule	10:30 Uhr Wirbelsäulengymnastik	10:30 Uhr WSG/Rückenyo	10:30 Uhr Wirbelsäulengymnastik
	18:00 Uhr WSG/Pilates	18:00 Uhr Ganzkörper-Workout		18:00Uhr BBP
	19:00 Uhr WSG/Rückenschule	19:00 Uhr WSG/Rückenyo		19:00 Uhr WSG/Pilates

Einsteiger 50 min	Mittelstufe 55 min	Mittelstufe 55 min
-------------------	--------------------	--------------------

WSG = Wirbelsäulengymnastik

Herz-Kreislauf-Kurse

Kurse sind anmeldepflichtig und entfallen bei weniger als 4 Anmeldungen/Teilnehmern