

Unsere Kurse bieten eine fantastische Alternative zum Gerätetraining.

Ob Jung oder Alt, FATburner oder Fitness-Boxen - hier kommt jeder auf seine Kosten.

Zusammen mit motivierenden, erfahrenen Trainern und unterlegt mit passender Musik macht Sport so noch mehr Spaß!

Probieren Sie's aus, Sie werden überrascht von der Vielfältigkeit der Möglichkeiten sein!

Kursplan

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
09.15 - 10.00 Uhr	09.30 - 10.15 Uhr	09.15 - 10.00 Uhr	10.00 - 10.45 Uhr	09.30 - 10.15 Uhr
Rehasport	Aerobic	Rehasport	Rehasport	Aerobic
10.15 - 11.00 Uhr	10.15 - 11.00 Uhr	11.30 - 12.15 Uhr	11.00 - 11.45 Uhr	10.15 - 11.00 Uhr
Rehasport	Body-Workout für Kraft & Ausdauer	Rehasport	Rehasport	Rückenfit
11.15 - 12.00 Uhr				
Rehasport				
17.15 - 18.00 Uhr		18.00 - 18.45 Uhr	18.15 - 19.15 Uhr	17.00 - 17.45 Uhr
Rehasport		Rehasport	Body-Workout für Kraft & Ausdauer	Wirbelsäulenstabi Smisek
18.15 - 19.15 Uhr	18.15 - 19.00 Uhr	19.00 - 19.45 Uhr	19.15 - 19.45 Uhr	17.45 - 18.30 Uhr
Rückenfit	Rehasport	Rehasport	Body-Fit	Faszientraining

19.15 - 20.00 Uhr

Rehasport

17.45 - 18.45 Uhr

Fitnessboxen