

KURSPLAN

*gültig ab 15.04.2018

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
08:45 - 9:45 Rehasport Premium	09:00 - 09:45 Funktionsgymnastik Osteoporose	09:30 - 10:30 Yoga Matte		08:45 - 9:45 Rehasport Premium
09:45 - 10:45 BodyPump	09:45 - 10:30 Fit4ever		10:00 - 11:00 BodyBalance	10:00 - 11:00 CrossTraining
10:45 - 11:30 Rehasport Basic	10:30 - 11:15 Yoga Stuhl			11:00 - 11:45 Yoga Stuhl
11:30 - 13:00 Schulsport ML Gymnasium	15:00 - 17:30 Kindertanz Katrin Rinklin	15:30 - 16:30 YoBEKA Kinderyoga	11:30 - 13:00 Schulsport ML Gymnasium	
17:00 - 18:00 Rehasport Premium	18:00 - 19:00 RPM		16:15 - 17:00 DanceWorkshop Kinder	
18:00 - 19:00 BodyBalance	19:00 - 19:30 BodyAttack Express	18:00 - 19:00 CrossTraining	18:00 - 19:00 BodyJam	18:00 - 19:00 BodyBalance
19:00 - 20:00 BodyPump	19:30 - 20:00 BodyCombat Express	19:00 - 20:00 BodyPump	19:00 - 20:00 BBPO	19:00 - 20:30 Tanzschule Holger Sommer
20:10 - 21:10 Yoga Matte				



LIVING BETREUUNGSKONZEPT
DAMIT SIE SICHER IHRE ZIELE ERREICHEN

 Gesundheitstraining

 Ausdauer / Koordination

 Muskeltraining

 Beweglichkeit / Entspannung



LIVING ERNÄHRUNGSKONZEPT
DAS GEWICHT DAS ZU IHNEN PASST





LIVING KURSKONZEPT
BRINGT ERGEBNISSE & MOTIVATION





LIVING RÜCKEN & GELENKKONZEPT
LINDERT SCHMERZEN EFFIZIENT





**1-FREI
KURS
TICKET**