

## **Aktuelles interaktives Online-Kursprogramm (ab 11.01.21)**

### **Montag**

09:00 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	(Reha)
17:30 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	(Reha)
18:30 Uhr	Body Fit	(Reha)
19:30 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	(Reha)

### **Dienstag**

08:00 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	(Reha)
09:00 Uhr	Body Fit	(Reha)
17:30 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	(Reha)
18:30 Uhr	Zirkel Fit	

### **Mittwoch**

09:00 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	(Reha)
11:55 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	(Reha)
17:30 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	(Reha)

### **Donnerstag**

10:00 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	(Reha)
16:30 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	(Reha)
18:30 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	(Reha)
19:30 Uhr	Power Fit	

### **Freitag**

8:00 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	(Reha)
----------	-----------------------	--------