

Kursplan

19.03.2018 - 25.03.2018

AKTIVRAUM
Friesenstraße 5
51709 Marienheide
02264 287360
info@mein-aktivraum.de



Montag 19.03.2018	Dienstag 20.03.2018	Mittwoch 21.03.2018	Donnerstag 22.03.2018	Freitag 23.03.2018	Samstag 24.03.2018	Sonntag 25.03.2018
<p>09:00 - 09:45 AKTIV - STRELAX</p> <p>10:15 - 11:00 REHA-SPORT</p> <p>17:00 - 18:00 Zumba</p> <p>18:00 - 19:00 AKTIV - WORKOUT</p> <p>19:00 - 20:00 AKTIV - CYCLING</p>	<p>09:00 - 09:45 FASZIENPILATES</p> <p>10:00 - 10:45 REHA-SPORT</p> <p>17:15 - 18:00 REHA SCHULTER-NACKE...</p> <p>18:00 - 19:00 AKTIV - POWER</p> <p>19:15 - 20:00 REHA-SPORT</p>	<p>09:00 - 09:45 REHA-SPORT</p> <p>10:00 - 10:45 REHA-SOFT</p> <p>11:00 - 11:45 REHA-SPORT</p> <p>17:00 - 18:00 Zumba</p> <p>18:00 - 18:45 AKTIV - STEP</p> <p>19:00 - 20:00 FASZIENTRAINING</p>	<p>18:00 - 19:00 AKTIV - CYCLING</p> <p>19:00 - 20:00 AKTIV-WORKOUT</p>	<p>09:00 - 10:00 AKTIV - FIT</p> <p>10:15 - 11:00 REHA-SPORT</p> <p>16:00 - 17:00 AKTIV - STRELAX</p> <p>17:00 - 17:45 REHA-SPORT</p> <p>18:00 - 19:00 AKTIV - LIFT</p> <p>19:15 - 20:00 REHA-SPORT</p>	<p>10:15 - 11:00 REHA-SPORT (jeden 1...</p>	

■ Ausdauer
 ■ Entspannung
 ■ Gesundheit
 ■ Kraft

Stand: 20.03.2018