

# Kursplan

14.01.2019 - 20.01.2019

Fitness & Reha Park  
 Sudetenstr. 12  
 87600 Kaufbeuren  
 08341 65577  
 info@fitness-reha-park.de



Montag 14.01.2019	Dienstag 15.01.2019	Mittwoch 16.01.2019	Donnerstag 17.01.2019	Freitag 18.01.2019	Samstag 19.01.2019	Sonntag 20.01.2019
09:30 - 10:30 Step	14:00 - 14:45 Reha-Sport	08:30 - 09:25 Faszientraining	09:30 - 10:00 Figurzirkel	09:30 - 10:30 Zumba		
09:30 - 10:00 Figurzirkel	15:00 - 15:45 Reha-Sport	09:30 - 10:30 Wirbelsäule	10:30 - 11:15 Wirbelsäule	09:30 - 10:00 Figurzirkel		
10:30 - 11:25 Bodyforming	16:00 - 16:45 Reha-Sport	15:00 - 15:30 Figurzirkel	10:30 - 11:00 Figurzirkel	10:30 - 11:15 Wirbelsäule		
11:00 - 11:30 Figurzirkel	17:00 - 17:30 Figurzirkel	17:00 - 17:30 Figurzirkel	11:30 - 12:00 Einsteigerzirkel	15:30 - 16:15 Reha-Sport		
16:30 - 17:30 Wirbelsäule & Strec...	17:30 - 18:30 Iron Workout	17:30 - 18:30 Fettkiller	16:30 - 17:30 Pilates	16:00 - 16:30 Einsteigerzirkel		
17:00 - 17:30 Figurzirkel	18:00 - 18:30 Figurzirkel	18:00 - 18:30 Figurzirkel	17:00 - 17:30 Figurzirkel	16:30 - 17:15 Reha-Sport		
17:30 - 18:30 Wirbelsäule & Strec...	18:30 - 19:25 Fettkiller	18:30 - 19:30 Wirbelsäule	17:30 - 18:30 Zumba	17:30 - 18:30 Step I		
18:00 - 18:30 Figurzirkel	19:30 - 20:30 Rücken-Pilates	19:30 - 20:30 Yoga	18:00 - 18:30 Figurzirkel	18:00 - 18:30 Figurzirkel		
18:30 - 19:30 Bodyforming	19:30 - 20:00 Figurzirkel	19:30 - 20:00 Einsteigerzirkel	18:30 - 19:15 Freeletics	18:30 - 19:30 Bauch-Beine-Po		
19:30 - 20:00 Figurzirkel			19:30 - 20:00 Figurzirkel			

■ Ausdauer    
 ■ Dance & Fun    
 ■ Figur    
 ■ Gesundheit

Stand: 20.01.2019