


# KURSPLAN

Stand: September 2024

MONTAG		DIENSTAG		MITTWOCH		DONNERSTAG		FREITAG		SAMSTAG		SONNTAG	
Prävention	Kursraum 1	Prävention	Kursraum 1	Prävention	Kursraum 1	Prävention	Kursraum 1	Prävention	Kursraum 1	Prävention	Kursraum 1	Prävention	Kursraum 1
			9.00-10.00h Rehasport Reha-Trainer G		9.00-10.00h Rehasport Reha-Trainer G		9.00-10.00h Rehasport Reha-Trainer G		9.00-10.00h Rehasport Reha-Trainer G				
								10.00-11.00h FFS FFS-Trainer					
12.00-13.00h FFS FFS-Trainer													
												<b>Kurserläuterung</b>	
												A - Alle Leistungsstufen F - Fortgeschrittene G - Gesundheitskurse	
												<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">Wir sind ein TÜV zertifiziertes Gesundheitscenter</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cardiotraining geeignet</li> <li>• Krafttraining geeignet</li> <li>• Rückentraining geeignet</li> <li>• Gesundheitsorientiert</li> </ul> </div>	
17.00-18.00h T-RENA Therapeut A			17.00-18.00h BauchBeinePo Raphaela A		17.00-18.00h Rehasport Reha-Trainer G	17.00-18.00h T-RENA Therapeut A							
	18.00-19.00h Rehasport Reha-Trainer G		18.00-19.00h Rehasport Reha-Trainer G		18.00-19.00h Bodyfit Raphaela F	18.00-19.00h FFS FFS-Trainer	18.00-19.00h Rehasport Reha-Trainer G					<b>Offnungszeiten :</b>	
												Mo. -Fr. :	08.00 - 19.00 Uhr
												Samstag :	09.00 - 14.00 Uhr
												Sonntag :	09.00 - 14.00 Uhr
												Feiertags :	geschlossen