

Kursplan

26.02.2018 - 04.03.2018

Fitness & Vital Lounge
 Altreich 24
 01237 Dresden
 0351 2844422
 info@fitness-vital-lounge.net



| Montag 26.02.2018 | Dienstag 27.02.2018 | Mittwoch 28.02.2018 | Donnerstag 01.03.2018 | Freitag 02.03.2018 | Samstag 03.03.2018 | Sonntag 04.03.2018 |
|---|--|---|--|---|--------------------|--------------------|
| <p>10:15 - 11:15 Funktionsgymnastik</p> <p>17:00 - 17:50 Wirbelsäulengymnast...</p> <p>18:00 - 18:55 Yoga</p> | <p>10:15 - 11:15 Funktionsgymnastik</p> <p>17:00 - 17:50 Rehasport</p> <p>18:00 - 18:55 Pilates</p> <p>19:00 - 20:00 Indoor-Cyling</p> | <p>17:00 - 17:50 Wirbelsäulengymnast...</p> | <p>10:15 - 11:15 Funktionsgymnastik</p> <p>15:00 - 15:45 Rehasport</p> <p>16:00 - 16:45 Rehasport</p> <p>17:30 - 18:30 PMR</p> <p>18:30 - 19:25 Bauch, Beine, Po</p> | <p>09:30 - 10:15 Rehasport</p> <p>10:30 - 11:15 Rehasport</p> <p>16:00 - 16:50 Wirbelsäulengymnast...</p> | | |

- Ausdauer
- Entspannung
- Figur/Kraft
- Gesundheit
- Rehasport

Stand: 26.02.2018