


Kursplan Sommer Emmendingen

gültig ab 15.05.2023

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		Samstag
Saal 1	Saal 2	Saal 1	Saal 2	Saal 1	Saal 2	Saal 1	Saal 2	Saal 1	Saal 2	
10.00-11.00 Indoor Cycling Sia	09.00-10.00 Wirbelsäulen Gymnastik Birgit	09.00-9.30 Rückgrat Pur Team	09.00-10.30 Yoga Ute		08.45-09.00 Achtsamkeit Gabi		09.00-10.00 Wirbelsäulen Gymnastik Johannes	09.00-10.00 Figur Fit Beate	09.00-09.45 Rehasport Sabine	10.30-11.45 Pump & Cardio Nadine
	10.15-10.45 Rückgrat Pur Team	10.00-11.00 Figur Fit Gabi/ Johannes	11.00-11.45 Rehasport Sabine		09.00-10.00 Wirbel-säulen Gymnastik Gabi	10.30-11.15 Rehasport Stefanie	10.00-10.30 Barfuß Pur Mario	10.15-11.15 Pump Dennis	10.00-10.30 Rückgrat Pur Team	
17.30-18.30 4 Streatz Caro	16.30-17.15 Rückgrat Pur/Barfuß Pur Team			16.00-16.45 Rehasport Stefanie	10.00-10.15 Brain Pur Gabi		10.30-10.45 Brain Pur Mario			
	17.15-17.30 Brain Pur Mario		17.45-18.15 Rückgrat Pur Team	17.00-17.45 Rehasport Johannes	10.15-11.00 Rehasport Johannes		16.00-17.00 Faszien-Pilates Doris		18.00-18.30 Hals-Nacken-Migräne Mario	Sonntag
18.30-19.30 Pump Marc	17.30-19.00 Yoga Sylvia	17.30-18.30 Figur Fit Doreen			17.30-18.00 Faszien Pur Colin		17.15-17.45 Rückgrat Pur Team			09.30-10.30 Figur Fit Doreen
19.00-20.00 Outdoor Gehgruppe Heinz	19.15-20.15 Wirbelsäulen Gymnastik Anna	18.45-19.45 Zumba Conny	18.30-19.30 Pilates & More Heidrun	18.00-19.00 Figur Fit Sabine	18.15-19.45 Yoga Sylvia	17.30-18.30 Tabata Doreen	18.00-18.45 Rehasport Sabine	18.00-19.00 Figur Fit Irmi	18.30-19.00 Rückgrat Pur Mario	
				19.15-20.15 Dance Fit Hannah		18.30-19.30 Pump Elena	19.00-20.00 Wirbelsäulen Gymnastik Sia		19.15-20.00 Rehasport Johannes	
										

Rehasport = Teilnahme nur mit ärztlicher Verordnung möglich.