

Kursplan Mai - Juni 2022

die therapeuten
TRAINING · THERAPIE · BERATUNG



Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
9:00-10:00			Body & Mind YOGA Leah		
10:00-11:00					Medical Training Maria
10:30-11:30			Mind Balance Birgit		
11:00-12:00			Senior Fitness Starke Muskeln - starke Knochen Gabi		Gesunder Rücken mit Kleingeräten Gabi
16:00-17:00					Lymph Aktiv Tina
17:00-18:00	GROOVE DANCE Carmen	TriloChi Carmen		slings in rhythm Maria	
18:00-19:00	Functional Aging Best Ager - zielgerichtetes trainieren Carmen	KORCE® Maria		Functional OUTDOOR-Training Maria	
19:00-20:00	Mind Balance Carmen	DEIN YogaFlow Maria		RückenFit Claus	