

Zeit	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
	Trocken-Kurse	Aqua-Kurse	Trocken-Kurse	Aqua-Kurse	Trocken-Kurse	Aqua-Kurse	Trocken-Kurse	Aqua-Kurse	Trocken-Kurse	Aqua-Kurse
vor-mittags			Kinderbetreuung 09.15 - 11.45 Uhr			08.30 Uhr Funktionskurs	Kinderbetreuung 09.15 - 11.45 Uhr			
	09.50 Uhr Rücken Fit			08.30 Uhr Funktionskurs				08.30 Uhr Funktionskurs		
	10.30 Uhr Rücken Fit		10.30 Uhr Pilates	10.15 Uhr Aqua-Jogging				10.15 Uhr Aqua-Jogging		
			11.00 Uhr Funktionstraining	11.30 Uhr Funktionskurs			11.00 Uhr Funktionstraining	11.30 Uhr Funktionskurs		
nach-mittags					16.30 Uhr Rücken Fit		17.00 Uhr Rücken Fit			
	17.00 Uhr Rücken Fit		17.30 Uhr Rücken Fit	17.30 Uhr Funktionskurs			17.30 Uhr Rücken Fit	17.30 Uhr Funktionskurs		
	17.30 Uhr Rücken Fit mit Pilates				17.30 Uhr Rücken Fit					
abends										
								18.45 Uhr BBP und Rücken		
				19.00 Uhr Aqua-Jogging			19.00 Uhr Gelenke Fit			
				19.45 Uhr Aqua-Jogging			19.30 Uhr Rücken Fit		19.30 Uhr Aqua-Jogging	
			20.00 Uhr Rücken Fit							

Kursraum 1	Hallenbad	Solebad
------------	-----------	---------

Trockenkursdauer 30min.

Wasserkursdauer 25min.

Unser Tipp: Erkundigen Sie sich bei Ihrer Krankenkasse, ob die Kursgebühren im Rahmen von Präventionsmaßnahmen übernommen werden.