

# Kursplan

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Sa/So
10.00	WSG + Pilates *		Rehasport VSR	WSG ab 50 *	Sondersport(Spez. Betreuung)!*	
11.00	Geräte		Pilates + PME *	Geräte	WSG Aufbaukurs *	Geräte
12.00					Geräte	und
13.00						Massagen
14.00						
15.00						
16.00					Geräte	
17.00	Geräte	Geräte	WSG/ Rehasport VSR *	Geräte	Rehasport VSR	
18.00	WSG Grundkurs *	WSG Aufbaukurs *	Pilates *	WSG Grundkurs *		
19.00	Fatburner	WSG Fortg. 1 *	Body Workout	WSG Fortg. 1 *		
20.00	Ski-Gym/Fitnesstraining	WSG Fortg. 2 *	Golf fit !*	Autogenes Training !*		
21.00	Geräte	Geräte	Stressbew./Abnehmen !*	Autogenes Training !*		

**Zeichenerklärung:** WSG Wirbelsäulengymnastik ! Extrakurse (Termine erfragen) \* Kassenbezuschussung

Stand: Nov 2011

Die **Öffnungszeiten** richten sich nach dem Kursangebot:

Mo 10-12 Uhr u. 17-21.30 Uhr, Di 17-21.30 Uhr, Mi 10-12 Uhr u. 17-21 Uhr, Do 10-12 Uhr u. 17-21.00 Uhr, Fr 10-13 u. 16-18 Uhr Uhr, Sa/So 11-14 Uhr.

Extratermine nach Vereinbarung. Änderungen vorbehalten.