

Kursplan

18.02.2019 - 24.02.2019

Gesundheitspark Nidda
Zeppelinstraße 5
63667 Nidda
06043-985790
info@gesundheitspark-nidda.de



Montag 18.02.2019	Dienstag 19.02.2019	Mittwoch 20.02.2019	Donnerstag 21.02.2019	Freitag 22.02.2019	Samstag 23.02.2019	Sonntag 24.02.2019
08:45 - 09:30 Rückengymnastik	08:30 - 09:15 Rehasport +	08:45 - 09:15 Rückengymnastik	08:30 - 09:15 Rehasport +	08:45 - 09:30 Rückengymnastik	10:00 - 10:45 Rücken fle-xx	10:00 - 11:00 Bodypump
09:30 - 10:15 Cycling	09:30 - 10:15 Rückengymnastik	09:30 - 10:00 Bauch & Beine inten...	08:45 - 09:30 Pilates	08:45 - 09:30 Rehasport	10:30 - 12:00 Cycling Einführung	11:10 - 11:25 Bauch intensiv
09:35 - 10:20 Rücken fle-xx	10:30 - 11:00 Rücken fle-xx	10:10 - 10:40 Jumping	09:30 - 10:15 Rückengymnastik	09:00 - 10:00 Rückenprävention "F...	12:00 - 13:00 Rückenprävention "F...	11:15 - 12:15 Cycling
09:45 - 10:30 3zone functional	10:30 - 11:00 Bauch-Beine-Po	10:10 - 10:55 Bodybalance	10:20 - 11:05 SH'BAM	09:35 - 10:05 Rücken fle-xx	13:00 - 13:45 Rehasport	
10:30 - 11:30 Bodypump	10:30 - 11:30 Rückenprävention "F...	11:00 - 12:00 Rückenprävention "F...	10:30 - 11:30 Rückenprävention "F...	09:35 - 10:20 Bodybalance	14:00 - 15:00 Bodypump	
11:45 - 12:30 Rehasport	11:15 - 12:00 Rehasport +	11:00 - 11:15 Faszientraining Bac...	11:15 - 12:00 Rehasport +	10:15 - 10:45 Bodypump	15:15 - 16:00 Yoga Relax	
16:00 - 16:45 Jumping Kids	17:40 - 18:25 Rückengymnastik	17:00 - 17:15 Bauch intensiv	16:00 - 16:45 Jumping Kids mini	11:00 - 11:45 Cycling		
16:30 - 17:15 Action Kids	18:00 - 18:45 Yoga Relax	17:30 - 18:30 Bodypump	17:30 - 18:15 Pilates	16:30 - 17:15 Rehasport +		
17:00 - 17:45 Rehasport +	18:30 - 18:45 Bauch intensiv	17:45 - 18:30 Rücken fle-xx	18:00 - 19:00 Cycling	17:30 - 18:00 Rücken fle-xx		
17:30 - 18:00 Jumping	18:45 - 19:45 Cycling	18:30 - 19:30 Cycling	18:00 - 19:00 Bodypump	17:30 - 18:00 Fatburner		
18:10 - 18:55 Bauch-Beine-Po	18:50 - 19:50 Bodycombat	18:35 - 19:25 Step	19:00 - 20:00 Rückenprävention "F...	18:10 - 18:55 SH'BAM		

Stand: 23.02.2019

BEWEGLICHKEIT	BODY & MIND	CARDIO & WORKOUT...	DANCE & FUN
KIDS	KRAFT & WORKOUT	Prävention § 20 ...	REHASPORT nach §...

Kursplan

18.02.2019 - 24.02.2019

Gesundheitspark Nidda
 Zeppelinstraße 5
 63667 Nidda
 06043-985790
 info@gesundheitspark-nidda.de



Montag 18.02.2019	Dienstag 19.02.2019	Mittwoch 20.02.2019	Donnerstag 21.02.2019	Freitag 22.02.2019	Samstag 23.02.2019	Sonntag 24.02.2019
18:30 - 19:30 Rückenprävention "F..."	19:00 - 19:45 3zone functional	18:40 - 18:55 Faszientraining Bac...	19:10 - 19:40 Jumping	19:00 - 20:00 Cycling		
19:00 - 19:45 3zone functional	19:00 - 19:45 Rehasport +	18:45 - 19:30 3zone functional	19:15 - 20:15 Bodybalance	19:00 - 20:00 Rückenprävention "F..."		
19:00 - 20:00 Cycling	19:00 - 20:00 Rückenprävention "F..."	19:00 - 20:00 Rückenprävention "F..."		19:00 - 20:00 Bodycombat		
19:00 - 19:45 SH'BAM	20:00 - 21:00 Bodypump	19:10 - 19:55 Rücken Relax		20:10 - 20:55 3zone functional		
19:10 - 19:55 Bodybalance		19:30 - 20:15 SH'BAM		20:10 - 21:10 Cycling		
21:10 - 21:25 Faszientraining Bac...		19:40 - 20:40 Cycling				
		20:20 - 21:05 Yoga				
		20:30 - 21:15 Rehasport +				

- BEWEGLICHKEIT
- BODY & MIND
- CARDIO & WORKOUT...
- DANCE & FUN
- KIDS
- KRIFT & WORKOUT
- Prävention § 20 ...
- REHASPORT nach §...

Stand: 23.02.2019