

Unser Kursangebot vom 1. Mai 2019 bis 31. Oktober 2019

Beachten Sie bitte, dass in den Sommerferien Kurse ausfallen können, wenn entweder zuwenig Kursteilnehmer da sind, oder ein Trainer urlaubsbedingt ausfällt und nicht ersetzt werden kann. Selbstverständlich werden wir versuchen, alle angebotenen Kurse immer durchzuführen! Fragen zu den einzelnen Kursen? - Sprechen Sie uns an - wir beraten Sie gerne!

Und noch eine Bitte unsererseits: Bitte pünktlich zum Kurs erscheinen!

Hinweis: Kurse finden ab 3 Personen statt!



	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
	Kursraum I	Kursraum II	Kursraum I	Kursraum II	Kursraum I	Kursraum II	Kursraum I	Kursraum II	Kursraum I	Kursraum II
09:00		09:00 - 10:00 I.C.T. E1 - E2								
10:00	10:15 - 11:00 Faszientraining und Stretching									
10:45										
17:00	17:00 - 17:45 Rehasport nur mit Verordnung				17:00 - 17:45 Rehasport nur mit Verordnung					
18:00	18:00 - 19:00 Thai Bo I	18:00 - 19:30 freies Nordic Walking			18:00 - 19:00 Bauch-Beine-Po für alle					18.00 - 19:30 Ride & little Gym für Jedermann
19:00	19:00 - 20:00 Bauch-Beine-Po für alle		19:15 - 20:15 Power Weight für alle				19:00 - 20:00 Power-Pilates für alle		19:00 - 20:00 funcional Pilates	
20:00	20:00 - 21:00 Yin Yoga für alle		20:15 - 21:00 Rücken Fit für alle		20:00 - 21:00 Yoga für Fortgeschrittene					

09:00 - 12:00
Outdoor Mountainbike

 = Outdoor-Angebote
 = Rehasport mit Verordnung

Exklusivpartner der



und



Positiv Fitness und Gesundheit
 72525 Münsingen - Auinger Weg 39
 Telefon 07381 1836-36



