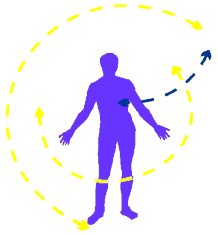
Kursplan



ab 01.06.2020

Rehasportzentrum Ostholstein e.V. "Mensch in Bewegung"

Jahnhöhe 3

23701 Eutin **www.mensch-in-bewegung.de**

Tel.04521/70100

Öffnungszeiten : **Mo.Mi.Fr. 08:00 Uhr -19:00 Uhr** **Die u.Do. 09:00 Uhr-20:00 Uhr**

	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
	Geräte	Kurse	Geräte	Kurse	Geräte	Kurse	Geräte	Kurse	Geräte	Kurse
08:05										
08:25	Gerätetraining von 08:00-13:00 Uhr	**Bauch Beine Po** Kathrin	Gerätetraining von 09:00-13:00 Uhr		Gerätetraining von 08:00-13:00 Uhr	**Rehafit** Lena	Gerätetraining von 09:00-13:00 Uhr		Gerätetraining von 08:00-13:00 Uhr	**Bauch Beine Po** Oksana
09:05										
09:25		**Rehafit** Kathrin		**Rehafit** Sascha		**BBP** Tanja		**Rehafit** Ariadne		**Beckenboden** Sascha
10:05										
10:25		**Pilates** Tanja		**Bodyfit** Lena		**Bodyworkout** Oksana		**Bodyfit** Ariadne		**Rehafit** Sergej
11:05										
11:25		**Qi Gong** Axel		**Bodyworkout** Oksana		**Jumper** Rüdiger		**Rehafit** Sergej		**Rehafit** Tanja
12:05										
16:05	Gerätetraining von 16:00-19:00 Uhr		Gerätetraining von 16:00-20:00 Uhr		Gerätetraining von 16:00-19:00 Uhr		Gerätetraining von 16:00-20:00 Uhr		Gerätetraining von 16:00-19:00 Uhr	
16:25		**Tanzen** Dörte Mo		**Bauch Beine Po** Oksana		**Rehafit** Tanja		**Bauch u Rücken** Lena		**Rehafit** Tanja
17:05										
17:25		**Rehafit** Dörte ME		**Rehafit** Sergej		**Bodyfit** Katja		**Rehafit** Cornelia		**Outdoor-Cycling** Rüdiger
18:05										
18:25		**Bodyworkout** Dörte ME		**Rehafit** Lena		**Rehafit** Katja		**Rehafit** Cornelia		**Outdoor-Cycling** Rüdiger
19:05										
19:25										
20:05										
20:25										