

Horn
Haferwende 6
Tel. 2760001

Gruppenplan

2024

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
9:45 - 10:30 ® 3 Rücken- und Wirbelsäulengymnastik Neu ab 24.06.2024	8:15 - 9:00 ® 1 Ganzkörpertraining	9:00 - 9:45 ® 3 Rücken- und Wirbelsäulengymnastik		9:00 - 9:45 ® 1 Rücken- und Wirbelsäulengymnastik
10:45 - 11:30 ® 3 Karzinom / Neuro	10:30 - 11:15 ® 1 Rücken- und Wirbelsäulengymnastik	10:00 - 10:45 ® 3 Rücken- und Wirbelsäulengymnastik	11:15 - 12:00 ® 1 Rücken- und Wirbelsäulengymnastik Neu ab 20.06.2024	10:00 - 10:45 ® 3 Rücken- und Wirbelsäulengymnastik
17:00 - 17:45 ® 3 Stabilisation (Hüfte-Knie)	16:30 - 17:15 ® 1 Rücken- und Wirbelsäulengymnastik	11:20 - 12:05 ® 1 Rücken- und Wirbelsäulengymnastik	17:00 - 17:45 ® 1 Rücken- und Wirbelsäulengymnastik	14:45 - 15:30 ® 1 Rücken- und Wirbelsäulengymnastik Neu ab dem 21.06.2024
17:55 - 18:40 ® 3 Rücken- und Wirbelsäulengymnastik	17:45 - 18:30 ® 3 Rücken- und Wirbelsäulengymnastik	16:30 - 17:15 ® 1 Rücken- und Wirbelsäulengymnastik	18:00 - 18:45 ® 3 Rücken- und Wirbelsäulengymnastik	
18:45 - 19:30 ® 3 Rücken- und Wirbelsäulengymnastik		18:45 - 19:30 ® 3 Rücken- und Wirbelsäulengymnastik	19:00 - 19:45 ® 3 Rücken- und Wirbelsäulengymnastik Neu ab 4.7.2024	