



21.9. bis 27.9.26

KURSPLAN

Montag	16.30 - 17.00 Uhr	Zirkeltraining
	17.00 - 17.30 Uhr	Mobility Training
Dienstag	08.30 - 09.15 Uhr	Aquagymnastik
	14.00 - 14.30 Uhr	Starker Rücken
	17.00 - 17.30 Uhr	Sixpack
Mittwoch	17.30 - 18.30 Uhr	Pilates
	19.00 - 19.45 Uhr	Aquagymnastik
Donnerstag	17.00 - 17.30 Uhr	Bauch Beine Po
	17.30 - 18.00 Uhr	Mobility Training
Freitag	17.30 - 18.00 Uhr	Sixpack
Samstag	17.30 - 18.00 Uhr	Bauch Beine Po
	10.30 - 12.00 Uhr	Gesundheitswanderung

Unsere Kurse finden **ab 2 Teilnehmern** statt.

Anmeldung **bis 2 Stunden vor Kursbeginn** an der Rezeption oder Spa Bar.

Rezeption ☎ 06592 713-250 Spa Bar ☎ 06592 713-260