

SANOMOTIO KURSPLAN

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

FREITAG

🕒 10.30-11.30
Fitte Oldies

🕒 17.00-17.30
Entspannung (PME)

🕒 16.30-17.30
Funktionelles
Training

🕒 17.45-18.15
Schulter-Nacken-kompakt

🕒 18.30-19.30
Afterwork
Fitnessmix

🕒 09.30-10.15
Wieder fit!

UNSERE KURSE SIND
BEZUSCHUSSUNGSFÄHIG
DURCH IHRE
KRANKENKASSE

🕒 17.00-18.00
Rücken Fit

🕒 18.15-19.15
Pilates

🕒 09.00-10.00
Fitte Oldies

🕒 10.15-11.15
Pilates

Aktuelle
Informationen &
Kursbeschreibungen

