

Kursplan

30.03.2020 - 05.04.2020

RÜCKENWERK
 Spilburgstraße 4
 35578 Wetzlar
 06441 2000 461
 info@rueckenwerk.de



Montag 30.03.2020	Dienstag 31.03.2020	Mittwoch 01.04.2020	Donnerstag 02.04.2020	Freitag 03.04.2020	Samstag 04.04.2020	Sonntag 05.04.2020
08:30 - 09:00 Vibrafit	09:15 - 10:00 five@-Gymnastikkurs...	08:30 - 09:00 Vibrafit	08:15 - 09:00 Reha-Sport	08:30 - 09:15 Trampolinkurs		10:30 - 11:00 Überraschkurs
09:00 - 09:45 Faszien-/five@-Gymn...	10:15 - 11:15 Reha-Sport	09:15 - 10:00 Wirbelsäulengymnast...	09:15 - 10:00 Reha-Sport	10:15 - 11:15 five@-Gymnastik mee...		
10:15 - 10:45 Vibrafit	16:15 - 16:45 Trampolinkurs	11:00 - 11:45 Reha-Sport	10:15 - 11:00 Wirbelsäulengymnast...	11:15 - 11:45 Vibrafit		
11:00 - 11:30 Mobilisationskurs	18:00 - 18:45 Pilates	16:00 - 16:45 Vibrafit	11:30 - 12:00 Vibrafit	14:00 - 14:30 Vibrafit		
14:15 - 14:45 Vibrafit	19:00 - 19:45 Funktionelles Train...	17:00 - 17:45 Reha-Sport	17:00 - 17:45 Rückengerechtes Lan...	18:00 - 18:45 Trampolinkurs		
18:00 - 18:45 five@-Gymnastikkurs...		17:15 - 17:45 Vibrafit	17:30 - 18:00 Vibrafit	19:00 - 19:45 Bauch-Rücken mit fi...		
19:00 - 20:00 Power-Yoga		18:00 - 18:45 Funktionelles Train...	18:00 - 18:45 Faszien-/five@-Gymn...			
19:00 - 19:30 Vibrafit		19:00 - 19:45 Trampolinkurs	19:00 - 19:45 Rückengerechtes Lan...			

- Fasziales Bewegu...
- Gelenkschonendes...
- Gesundheitsorien...
- Vibrafit
- bellicon-Trampol...
- Überraschkur...

Stand: 04.04.2020