


# Kursplan ab 01. November 2011

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
		09.00 - 09.45 Uhr <b>RK</b> Reha-Gymnastik	<b>Nutzen Sie diesen Kursplan als kostenlosen Tagespass!*</b>			
10.15 - 11.00 Uhr <b>RK</b> Reha-Gymnastik	10.15 - 11.00 Uhr <b>RK</b> Reha-Gymnastik		10.15 - 11.00 Uhr <b>RK</b> Reha-Gymnastik	10.15 - 11.00 Uhr <b>RK</b> Reha-Gymnastik		
11.00 - 12.00 Uhr Indoor Biken		11.00 - 12.00 Uhr <b>KK</b> Rücken-Fit	11.00 - 12.00 Uhr Indoor Biken		11.00 - 12.30 Uhr <b>KK</b> Fitness-Yoga	11.00 - 12.00 Uhr Indoor Biken
	17.15 - 18.00 Uhr <b>RK</b> Reha-Gymnastik			17.15 - 18.00 Uhr <b>RK</b> Reha-Gymnastik		
18.15 - 19.00 Uhr Waschbrett	18.00 - 19.00 Uhr Fatburner	18.00 - 19.00 Uhr <b>KK</b> Bauch & Rücken Fit	18.00 - 18.45 Uhr <b>KK</b> Bauch & Rücken Fit	<b>RK</b> Rehasportkurs (nur mit Verordnung!) <b>KK</b> von Krankenkassen anerkannt!		
19.00 - 20.00 Uhr Easy Step & Body Forming	19.00 - 20.00 Uhr Indoor Biken	19.00 - 20.00 Uhr Bauch, Beine, Po	18.45 - 19.30 Uhr Body Forming	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px;"> <p>Liebe Mitglieder und Gäste, wir wünschen Ihnen viel Freude in unseren Kursen!</p> <p>MINDESTTEILNEHMER 3 PERSONEN PRO KURS (ausgenommen Reha-Gymnastik)</p> <p>*Nur einmalig gültig für alle Nicht-Mitglieder unter Vorlage dieses Kursplans. Kurzfristige Änderungen und Fehlerteufelchen vorbehalten, ein neuer Plan ersetzt diesen.</p> </div>		
20.00 - 21.00 Uhr Indoor Biken	20.00 - 21.00 Uhr Body Forming	20.00 - 21.00 Uhr Indoor Biken	19.30 - 21.00 Uhr <b>KK</b> Fitness-Yoga			