

Kursplan peb2 Januar bis April

Kursraum Achalm	Kursraum Georgenberg	Kursraum Achalm	Kursraum Georgenberg	Kursraum Achalm	Kursraum Georgenberg	Kursraum Achalm	Kursraum Georgenberg	Kursraum Achalm	Kursraum Georgenberg	Kursraum Achalm	Kursraum Georgenberg	Kursraum Achalm	Kursraum Georgenberg
Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		Samstag		Sonntag	
9:00-9:50		9:00-9:50	9:00-9:50	9:00-9:50		9:00-9:50	9:00-9:50	9:00-9:50	9:00-9:50				10:00-10:50
Bodyfit Manuela		Rehasport Hüft- und Knie Steffi M. 😊	Workout mit & ohne Step Katrin Z. 😊	Fit ab 50 Manuela		BBP Steffi M. 😊	Rehasport Hüft- und Knie Mario 😊	Total Body Woukout Heike	AOK FitMix** Katrin Z.				Sonntag Special laut Aushang TEAM 😊
10:00-10:50		10:00-10:50	10:00-10:50	10:00-10:50		10:00-10:50	10:00-10:50	10:00-10:50					11:00 - 12:00
Starker Rücken Manuela		Rehasport Rücken Steffi M. 😊	Pilates Katrin Z. 😊	Step für Wieder-Einsteiger Manuela		Pilates Steffi M. 😊	Rehasport Rücken Mario 😊	Cycling* Einsteiger Heike					Cycling* TEAM 😊
		11:00 - 11:50											
		Rehasport Rücken Tina 😊											
		14 :30 - 15:20											
		Rehasport nach Krebs Brigitte/Sabine											
					17:30-18:30	17:30 - 18:20	17:50 - 18:45						
					AOK FitMix** Katrin S.	Deep Work Steffi S.	Rehasport Hüft- und Knie Ulli						
18:00- 18:50		18:00 - 18:50		18:30-19:20		18:30 - 19:20		18:00-19:00					
Zumba® Enrica		BBP Jenny		Starker Rücken Heike		Jumping* Jenny ab KW 10		Hot Iron Silvia					
19:00-20:00	19:00 - 20:00	19:00 - 20:00	19:00-20:00	19:30-20:20	19:30-20:30		19:30 - 20:30	19:15 - 20:15					
Hot Iron Silvia	Jumping* Pia	STRONG by Zumba® Jenny	Cycling* Lisa	Total Body Woukout Heike	Cycling* Walter		Cycling* Jenny	Cycling* Silvia					
20:10-21:00	20:10 - 21:00												
Starker Rücken Silvia	Yoga Nadine												
*telefonische Anmeldung 07121-31779-90		** exklusiv für AOK-Versicherte		😊 Kurs mit Kinderbetreuung		Kräftigung		Cardio&Dance		Gesund&Fit		Rehasport&Krankenkasse	

Weitere Informationen zu neuen Rehasport Gruppen an der peb2-Theke  
 Sonntag Special: es erwartet euch ein wechselndes Kursprogramm. Kursinhalt nach Aushang