

Kursplan

28.11.2022 - 04.12.2022

romahns vital GmbH
 Domherrenstr. 5
 06712 Zeitz
 03441 211309
 oliverromahn@aol.com



Montag 28.11.2022	Dienstag 29.11.2022	Mittwoch 30.11.2022	Donnerstag 01.12.2022	Freitag 02.12.2022	Samstag 03.12.2022	Sonntag 04.12.2022
08:30 - 09:15 Reha	08:30 - 09:15 Reha Trainer	08:30 - 09:15 Reha	08:30 - 09:15 Reha	09:00 - 09:45 Reha		
09:30 - 10:15 Reha	09:30 - 10:15 Pilates	09:30 - 10:15 Rücken	09:30 - 10:15 Rücken	10:30 - 11:15 Rücken		
10:30 - 11:15 Rücken	17:00 - 17:50 Body Balance/Faszie... Andrea	10:30 - 11:00 Bauch	10:30 - 11:15 Reha	12:00 - 13:30 Yoga		
16:15 - 17:00 Body Balance/Faszie...	18:00 - 18:50 Bodystyling	11:00 - 11:30 Faszientraining	17:00 - 17:45 Zumba®	16:15 - 17:00 Reha/Rücken		
17:00 - 18:00 Toning Step	19:00 - 20:30 Yoga	14:00 - 14:45 Reha Trainer	18:00 - 18:45 Power Yoga	17:00 - 17:45 Bauch		
18:00 - 18:50 Bodystyling		16:00 - 17:00 Kids - Gym Tobi		18:15 - 19:00 Selbstverteidigung		
		17:00 - 18:00 Reha Trainer				
		18:00 - 19:00 Body Balance/Faszie...				
		19:00 - 20:30 Yoga pur Dietrich				

- Ausdauer
- Dance & Fun
- Figur
- Gesundheit
- Kraft
- Trainingsfläche

Stand: 28.11.2022