

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
07:00 - 09:45 freies Training	07:00 - 09:45 freies Training	07:00 - 16:45 freies Training	07:00 - 09:45 freies Training	07:00 - 10:45 freies Training	
09:00 - 09:45 Rehasport-Kurs	09:00 - 09:45 Rehasport-Kurs		09:00 - 09:45 Rehasport-Kurs		
09:45 - 10:15 betreuter Rückenzirkel	09:45 - 10:15 betreuter Rückenzirkel		09:45 - 10:15 betreuter Rückenzirkel	10:00 - 10:45 Rehasport-Kurs	
10:15 - 17:45 freies Training	10:00 - 10:45 Rehasport-Kurs		10:45 - 11:15 betreuter Rückenzirkel	10:45 - 11:15 betreuter Rückenzirkel	
16:00 - 16:45 Hockergymnastik	11:00 - 11:45 Rehasport-Kurs		16:00 - 16:45 Rehasport-Kurs	11:15 - 16:45 freies Training	
17:00 - 17:45 Rehasport-Kurs	11:45 - 12:15 betreuter Rückenzirkel		16:45 - 17:15 betreuter Rückenzirkel		
17:45 - 18:15 betreuter Rückenzirkel	12:15 - 19:00 freies Training		17:15 - 18:45 freies Training		16:30 - 17:15 Rehasport-Kurs
18:00 - 18:45 Rehasport-Kurs			18:00 - 18:45 Rehasport-Kurs		17:15 - 17:45 betreuter Rückenzirkel
18:45 - 19:15 betreuter Rückenzirkel			18:45 - 19:15 betreuter Rückenzirkel		17:45 - 19:15 freies Training
19:00 - 19:45 Rehasport-Kurs			19:00 - 19:45 Rehasport-Kurs		19:00 - 20:00 Wirbelsäulenkurs
19:45 - 20:15 betreuter Rückenzirkel	19:45 - 20:15 betreuter Rückenzirkel	19:15 - 20:45 freies Training	18:30 - 19:15 Rehasport-Kurs		16:00 - 16:45 Rehasport-Kurs
20:00 - 20:45 Rehasport-Kurs	20:00 - 20:45 Rehasport-Kurs	20:00 - 20:45 Rehasport-Kurs	19:15 - 19:45 betreuter Rückenzirkel		16:45 - 17:15 betreuter Rückenzirkel
20:45 - 21:15 betreuter Rückenzirkel	20:45 - 21:15 betreuter Rückenzirkel	20:45 - 21:15 betreuter Rückenzirkel	19:30 - 20:15 Rehasport-Kurs		17:00 - 17:45 Rehasport-Kurs
			20:15 - 20:45 betreuter Rückenzirkel		17:45 - 18:15 betreuter Rückenzirkel

Gerne kann auch mit einem Geräte-Abo am betreuten Rückenzirkel teilgenommen werden (nach Voranmeldung und Verfügbarkeit).