

Kursplan Juli 2021

Bitte melden Sie sich zu den Kursen an

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
8:30–9:15 Raum 1 Wirbelsäulengymnastik ohne Bodenteil mit Ingo		8:30–9:15 Raum 1 Aerobic mit Johanna	8:30–9:15 Raum 1 Wirbelsäulengymnastik ohne Bodenteil mit Ingo	8:30–9:15 Raum 1 Wirbelsäulengymnastik mit Timo/Johanna	Alle Kurse mit Anmeldung über unsere eFit-App oder online über https://termin.e-app.eu/gesundheitspark-neunkirchen oder telefonisch 06821 – 919 662
9:30–10:15 Raum 1 Wirbelsäulengymnastik mit Ingo	9:00–9:45 Raum 1 Wirbelsäulengymnastik mit Johanna	9:30–10:15 Raum 1 Wirbelsäulengymnastik mit Johanna		10:00–10:45 Raum 1 Rehasport Neurologie	
9:30–10:15 Raum 3 Dr. Wolff Rückenzirkel mit Pascale	11:00–11:45 Raum 1 Rehasport Orthopädie	10:30–11:15 Raum 1 Wirbelsäulengymnastik ohne Bodenteil mit Tanja	10:30–11:30 Raum 1 Yoga mit Ingo	11:00–11:45 Raum 1 Rehasport Orthopädie	
10:30–11:00 Raum 1 Gleichgewicht & Koordination mit Pascale					
				14:30–15:15 Raum 1 Wirbelsäulengymnastik Rehasport Orthopädie	
16:00–16:45 Raum 1 Rehasport Diabetes	16:30–17:15 Raum 1 Rehasport Atemgymnastik			15:30–16:15 Raum 1 Rehasport Onkologie	Legende Rehasport Kurse
17:00–17:45 Raum 1 Rehasport Orthopädie	17:30–18:15 Raum 1 Yoga mit Ingo	17:00–17:45 Raum 1 Rehasport Orthopädie		17:30–18:15 Raum 1 Wirbelsäulengymnastik Rehasport Orthopädie	
18:00–18:45 Raum 1 Body & Mind mit Johanna	18:30–19:15 Raum 1 Wirbelsäulengymnastik mit Ingo	18:00–18:45 Raum 1 Pilates mit Timo	18:00–18:45 Raum 1 Ganzkörperkräftigung mit Johanna		
19:00–19:45 Raum 1 Wirbelsäulengymnastik mit Tanja	19:30–20:15 Raum 2 Rehasport Zirkeltraining	19:00–19:45 Raum 1 Wirbelsäulengymnastik mit Ingo	19:00–19:45 Raum 1 Zumba mit Tanja		
Öffnungszeiten					
Mo, Di: 8:00–12:00 & 16:00–20:30 * Mi: 8:00–14:00 & 16:00–20:30 Do: 8:00–12:00 & 16:00–20:00 * Fr: 8:00–12:00 & 14:00–20:00 Sa: geschlossen * So: 9:30–13:00 (keine Teststation!)				Saunazeiten: s. Aushang	
				 Gesundheitspark Neunkirchen Vogelstraße 4-8 66538 Neunkirchen T 06821 / 91 96 62 F 06821 / 91 96 61 E info@aktiv-gesundheitspark.de I www.aktiv-gesundheitspark.de	
				Stand 28.06.2021 Änderungen vorbehalten.	