

KURSPLAN free & fun

Gültig ab **01. Juli 2021** für alle Mitglieder vom Rehasport und TPZ Fitness- und Gesundheitsstudio

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
		09:00 - 09:30 Rückengymnastik		10:30-11:00 Ganzkörpertraining
16:30-17:00 Ganzkörpertraining		16:00-16:30 Ganzkörpertraining	15:45-16:15 Ganzkörpergymnastik	

Bitte beachten Sie unsere geltenden Hygienevorschriften und -maßnahmen.

- Eine Kursanmeldung ist nicht erforderlich
- Nach dem Kurs werden die Trainingsgeräte vom Trainierenden desinfiziert
- Bitte zu jedem Kurs ein großes Handtuch mitbringen und sporttaugliches Schuhwerk tragen
- Alle Kurse finden im TPZ-Kursraum statt