

Angebote BiB

	Rehasport	Angebote für Kids	Fitness	Gesundheitssport	Sport 60+	
UHRZEIT	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	zu fit
9.00 - 9.45	Rehasport Orthopädie		Rehasport Lungenerkrankungen			
10.00 - 10.45	Rehasport Orthopädie "Hocker"		Rehasport Orthopädie "Hocker"			
10.30 - 11.30					Fit und Flott I 60+	
11.00 - 11.45			Rehasport Orthopädie			
11.45 - 12.45					Fit und Flott II "Hocker"	
15.30 - 16.30			Selbstverteidigung f. Kinder ab 6-8 Jahre			
16.00 - 16.45		Rehasport Lungenerkrankungen				
16.30 - 17.15				Rehasport Orthopädie für Berufstätige		
17.00 - 17.45		Rehasport Long Covid/ Lungenerkrankungen				
17.00 - 18.00			Tai-Chi			
17.30 - 18.15	Rehasport Orthopädie für Berufstätige					
17.45 - 18.45				Rückenfit		
18.15 - 19.15			Hula for Fun			
18.30 -19.30	Kraft- u. Ausdauer	Zumba				
19.00 - 20.00				Step-Aerobic		
19.30 - 20.30			Hula Fortgeschr.			
19.45 - 20.45	Tabata					