VITAGESUNDHEIT in Eschwege

Bitte für die Kurse beachten:
Bitte bringen Sie zum Kurs immer ein Handtuch mit.
Melden Sie sich zu den Kursen immer an!
Auch Dauertermine sind möglich.
Bei Verhinderung bitten wir um rechtzeitige Absage.

Folgt uns auf:

ab April

MONTAG

Leuchtberg	Werra	Outdoor
REHA Rücken 8:00 - 8:55		
Pilates 9:00 - 9:55	REHA Basic 9:00 - 9:45	
REHA Gelenke 10:00 - 10:55		
REHA Rücken 11:00 - 11:55	REHA Basic 11:00 - 11:45	
REHA Rücken 14:00 - 14:55		
REHA Faszien 15:00 - 15:55		
REHA Rücken 16:00 - 16:55	REHA Basic 16:00 - 16:45	
REHA Rücken 17:00 - 17:55	Functional Training 17:00 - 17:55	
REHA Gelenke 18:00 - 18:55	Tabata 18:00 - 18:55	
Bodyforming 19:00 - 19:55		
Langhantel Workout 20:00 - 21:00		

DIENSTAG

Leuchtberg	Werra	Outdoor
REHA Rücken 8:00 - 8:55		
REHA Gelenke 9:00 - 9:55	REHA Basic 9:00 - 9:45	
REHA Gelenke 10:00 - 10:55	REHA Basic 10:00 - 10:45	
REHA Rücken 11:00 - 11:55	REHA Gelenke 11:00 - 11:55	
REHA Gelenke 16:00 - 16:55		
REHA Rücken 17:00 - 17:55		
REHA Gelenke 18:00 - 18:55		
REHA Herzsport 19:00 - 20:00		
REHA Herzsport 20:00 - 21:00	REHA Mobility 20:00 - 20:55	

MITTWOCH

Leuchtberg	Werra	Outdoor
REHA Basic 8:00 - 8:45		
REHA Beckenboden 9:00 - 9:55	REHA Gelenke 9:00 - 9:55	
REHA Herzsport 10:00 - 10:55	REHA Rücken 10:00 - 10:55	
REHA Basic 11:00 - 11:45	REHA Sturzprophylaxe 11:00 - 11:45	
REHA Basic 12:00 - 12:45		
REHA Gelenke 16:00 - 16:55		
Pilates 17:00 - 17:55	REHA Basic 17:00 - 17:45	
REHA Rücken 18:00 - 18:55	REHA Gelenke 18:00 - 18:55 NEU	
REHA Rücken 19:00 - 19:55 NEU		

DONNERSTAG

Leuchtberg	Werra	Outdoor
Yoga 8:30 - 10:00	REHA Osteoporose 8:00 - 8:55	
REHA Rücken 9:00 -9:55		
Rücken Fitness 10:00 - 10:55	REHA Basic 10:00 - 10:45	
REHA Gelenke 11:00 - 11:55	REHA Sturzprophylaxe 11:00 - 11:45	
REHA Osteoporose 15:00 - 15:55		
REHA Lungensport 17:00 - 17:55		
Yoga 18:30 - 20:00		
REHA Rücken 20:00 - 20:55		

FREITAG

Leuchtberg	Werra	Outdoor
REHA Basic 8:00 - 8:45		
Zumba Gold 9:00 - 9:55	REHA Basic 9:00 - 9:55	
REHA Rücken 10:00 - 10:55	REHA Basic 10:00 - 10:45	
REHA Gelenke 11:00 - 11:55	REHA Lungensport 11:00 - 11:55	
REHA Rücken 12:00 - 12:55		
REHA Cardio 16:00 - 16:55		
REHA Basic 17:00 - 17:45		
Drum-it 18:00 - 18:55		
Zumba 19:00 - 19:55		

SAMSTAG

Leuchtberg	Werra	Outdoor

SONNTAG

Leuchtberg	Werra	Outdoor

Der Plan ist temporär und Änderungen sind vorbehalten. Sowohl für Raum als auch für Zeit.