

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Funktionstraining 09:20 – 09:50 Funktionstraining 10:00 – 10:30		Funktionstraining 10:00 - 10:30 Sturzprophylaxe durch Bewegung 10:40 – 11:40		Fit im Alter – Fit ins Alter 10:00 – 11:00
	Funktionstraining 15:30 - 16:00	Funktionstraining 16:30 – 17:00		Funktionstraining 14:30 - 15:00
Funktionstraining 17:00 - 17:30 Individuelles Gesundheitstraining 17:30 – 18:30			Funktionstraining 17:00 - 17:30	Funktionstraining 16:30 - 17:00
TK Rückenbasic 18:30 – 19:30	FaszienAktiv 18:00 – 19:00		Pilates 18:10 - 19:10 Pilates 19:20 - 20:20	
Fit for life 19:30 – 20:30				

Dateiname:
Ersteller:
Freigabe:

Gruppenplan
Lutz Gudehus
Praxisleitung

Seite 1 von 1
Version: 12-10/2015
Datum 03.09.19