

Kursprogramm ab 01.06.2021

Montag 8-22Uhr	Dienstag 8-22Uhr	Mittwoch 8-22Uhr	Donnerstag 8-22Uhr	Freitag 8-22Uhr	Samstag 10-18Uhr	Sonntag 10-16Uhr
9:00 - 9:45 Body Fit	9:00 – 10:00 Yoga	9:00 - 9:45 Rücken Fit		9:30-10:15 Rücken Fit		
10:00 – 10:45 Pilates	10:15 – 11:00 Reha Vital	10:00 – 10:20 Faszien Fit	9:30-10:15 Reha-Sport	10:30-11:15 Pilates		
11:00 – 11:45 Reha-Sport		10:30 - 11:15 Bauch Beine Po	10:30-11:15 Reha-Sport	11:30 – 12:15 Reha-Sport		10:30-11:30 Vital Mix
Durchgehende Betreuung auf der Trainingsfläche						
18:15 - 19:00 Bauch Beine Po	18:00 – 18:45 Reha-Sport	17:40 - 18:25 Reha-Sport		17:30-18:15 Zumba		
19:15 – 19:35 Faszien Fit	19:00 – 19:45 Reha-Sport	18:30 - 19:15 Pilates		18:30-19:15 Bauch Beine Po		
19:40 - 20:40 Muscle Fire	20:00 – 20:45 Rücken Fit	19:30 – 19:50 Faszien Fit	20:00-21:00 Yoga			
		20:00 – 21:00 Vital Mix				

 Ganzkörper - Power

 Mobilisation, Gesundheit

 Rehasport (mit Rezept)

Bei allen Kursen ist eine begrenzte Anzahl von Teilnehmern zugelassen (max. 10 Personen).

Kontakt: B3 Vital – Freiburger Str. 11 - 79189 Bad Krozingen * **Telefon:** 07633 – 948737 * **E-Mail:** info@b3-vital.de * **Web:** www.b3-vital.de

*Öffnungszeiten an Feiertagen: 10-16 Uhr – es finden keine Kurse statt