

Kursplan

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
09:00-09:45 Rehasport Orthopädie mit Dani		09:00-09:45 Rehasport Orthopädie mit Dani	09:00-10:00 Faszien mit Zoe		11:30-13:00 Gemeinsames Boxen mit Thomas	10:00-11:00 Bauch, Beine & Po mit Olga
10:00-10:45 Pilates Mit Dani		10:00-10:45 Rehasport Orthopädie mit Dani	10:00-11:00 Bauch Beine Po mit Zoe		11:30-13:00 Gemeinsames Boxen mit Thomas	
	15:00-15:30 Kinder-Jumping (ab 7 Jahre) mit Linda	15:00-16:00 Kinder-Functional mit Linda	15:00-16:00 Kinder-Zirkelbox mit Linda			
15:30-16:00 Kinder-SpeedLetiX (max. 6 Teilnehmer/innen) mit Linda						
17:00-18:00 Kinder-Ballett mit Clara	17:45-18:30 Rehasport Orthopädie Mit Dani	17:30-18:00 Tabata mit Olga	17:00-18:00 §20 Präventives Rückentraining mit Linda			
18:30-19:00 Bauch intensiv mit Zoe	18:30-19:15 Rehasport Orthopädie Mit Dani	18:00-19:00 Bauch, Beine & Po mit Olga	18:30-20:00 Boxen* mit Thomas			
19:00-20:00 Starker Rücken mit Zoe	19:30-20:30 Functional mit Olga					



Unsere Öffnungszeiten: Mo. – Do.: 8:00 – 21:00 Uhr

Fr.: 8:00 – 16:00

Sa., So. & Feiertage: 9:00 – 13:00 Uhr

Anmeldung vor Ort: Ortsstraße 40, 89250 Senden

Anmeldung telefonisch: 07307 9362191

Anmeldung per Email: info@srzsenden.de

§64 Kurse, welche auf Rezept vom Arzt verschrieben werden

§20 Kurse, welche von der Krankenkasse bezuschusst werden

Kindertraining (max. 10 TeilnehmerInnen)

Gesondertes Eltern-Kind-Training

Erwachsenentraining (max. 13 TeilnehmerInnen)

Unsere Kurse finden ab 3 Personen statt. *Findet alle 2 Wochen statt

Gültig ab 01.01.2023