

Kursprogramm für Präventionskurse

gültig ab 01. Mai 2010

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Legende
			9:15 - 10:15 GyR Wirbelsäulengymnastik Fr. Lehrberger		GyR =Gymnastikraum im Erdgeschoß CCR =Gymnastikraum im Untergeschoß SW =Schwimmbad
			11:00 - 11:45 SW Wassergymnastik Fr. Lehrberger		
				14:00 - 15:30 Nordic Walking Fr. Lehrberger	
16:00 - 16:45 SW Wassergymnastik Fr. Lehrberger					
		17:00 - 18:00 GyR Wirbelsäulengymnastik Hr. Faller	17:15 - 18:00 CCR Beckenbodengymnastik Fr. Teichmann	17:30 - 18:15 SW Wassergymnastik Fr. Lehrberger	
18:30 - 19:30 GyR Wirbelsäulengymnastik Fr. Lehrberger					Öffnungszeiten: Mo bis Fr 06.00 bis 22.00 Uhr Sa und So 09.00 bis 19.00 Uhr Feiertage 09.00 bis 14.00 Uhr
		19:00 - 19:45 SW Wassergymnastik Hr. Faller	18.45 - 19.45 GyR Entspannung Fr. Teichmann		

Tel 08131-76300

www.ampervital.de

Den jeweiligen Beginn der Kurse erfragen Sie bitte an der Rezeption!

Bitte melden Sie sich für den gewünschten Kurs bei unserem Amper Vital Team an!

