Katja Brocke
Gesundheit.Fitness.Natur.Event

Kursplan vom 19. Oktober 2026 – 08. Januar 2027 (Weihnachtspause: 23.12.2026-05.01.2027)

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
		TRX®-Ganzkörpertraining 08:00 – 09:00Uhr Kursstart: 21.10.2026		
	Rückenfit* 9:00 – 10:00 Uhr Kursstart: 20.10.2026	**Funktionelles Zirkeltraining*** 9:15 – 10:15 Uhr Kursstart: 21.10.2026	**Rückenfit*** 9:00 – 10:00 Uhr Kursstart: 22.10.2026	**Rehasport** (Wallertheim)** 9:00 – 9:45 Uhr
Rückenfit* 9:45 – 10:45 Uhr Kursstart: 19.10.2026				**Rehasport** (Wallertheim)** 10:00 – 10:45 Uhr
Rückenfit* 16:45 – 17:45 Uhr Kursstart: 19.10.2026	**TRX®-Ganzkörpertraining** 17:15 – 18:15 Uhr Kursstart: 20.10.2026	**TRX®-Ganzkörpertraining** 17:30 – 18:30 Uhr Kursstart: 21.10.2026	**M.A.X.®-Ganzkörpertraining** 17:15 - 18:00 Uhr Kursstart: 22.10.2026	**Funktionelles Zirkeltraining *** 17:15 – 18:15 Uhr Kursstart: 23.10.2026
TRX®-Ganzkörpertraining 18:00 – 19:00 Uhr Kursstart: 19.10.2026	**TRX®-Ganzkörpertraining** 18:30 – 19:30 Uhr Kursstart: 20.10.2026	**Rückenfit*** 18:45 - 19:45 Uhr Kursstart: 21.10.2026	**TRX®-Ganzkörpertraining** 18:15 – 19:15 Uhr Kursstart: 22.10.2026	**TRX®-Ganzkörpertraining** 18:30 – 19:30 Uhr Kursstart: 23.10.2026
Pilates mit Dany 19.15-20.15 Uhr Kursstart: 19.10.2026	**Rückenfit*** 19:45 – 20:45 Uhr Kursstart: 20.10.2026	**TRX®-Ganzkörpertraining** 20:00 – 21:00 Uhr Kursstart: 21.10.2026	**Rückenfit*** 19:30 – 20:30 Uhr Kursstart: 22.10.2026	**TRX®-Ganzkörpertraining** 19:45 – 20:45 Uhr Kursstart: 23.10.2026

*Präventionskurs, der von den Krankenkassen bezuschusst werden kann! ** nur mit Rezept (Verordnung)