Meiderich
BAHNHOF
Gesundheitszentrum

Kurse

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
11:00 Uhr Wirbelsäulen Gymnastik	**11:00 Uhr** Pilates	**09:00 Uhr** Mobility	**11:00 Uhr** Wirbelsäulen Gymnastik	
	13:00 Uhr Entspannung	**12:00 Uhr** Yoga		**11:00 Uhr** TanzFit
			16:00 Uhr TaiChi	**16:00 Uhr** Pilates
18:00 Uhr Arthrose Gymnastik	**18:30 Uhr** Zumba	**18:00 Uhr** Pilates	**17:00 Uhr** Power Aerobic	**17:00 Uhr** Yoga
19:00 Uhr Arthrose Gymnastik		**19:00 Uhr** RückenSpezial		