

# Kursplan gültig ab April 2019

**Öffnungszeiten** gültig ab 15.04.2019

Montag 08:30 - 21:00 Uhr  
Dienstag 08:30 - 21:00 Uhr  
Mittwoch 08:30 - 20:00 Uhr  
Donnerstag 08:30 - 20:00 Uhr  
Freitag 08:30 - 18:00 Uhr

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
9:30 - 10:30 Medizinisches Fitnesstraining				
			11:00 - 12:00 Medizinisches Fitnesstraining	
				16:00 - 17:00 Medizinisches Fitnesstraining
18:15 - 19:15 Wirbelsäulen- gymnastik				17:20 - 18:20 Wirbelsäulen gymnastik
18:30 - 19:30 Medizinisches Fitnesstraining	18:30 - 19:30 Medizinisches Fitnesstraining		18:30 - 19:30 Medizinisches Fitnesstraining	
		18:00 - 19:30 Rücken- und Nackentriathlon	18:00 - 19:30 Rücken- und Nackentriathlon	
19:30 - 21:00 Rücken- und Nackentriathlon				



villa aktiv | Zentrum Gesundheitssport UG (haftungsbeschränkt) & Co.KG

Geschäftsführerin: Birgit Gigi Bernhard

Frankfurter Str. 50

35392 Gießen

Tel 0641-71508

Fax 0641-9727264

[www.villa-aktiv.de](http://www.villa-aktiv.de)

[info@villa-aktiv.de](mailto:info@villa-aktiv.de)

[www.facebook.com/villaaktiv](https://www.facebook.com/villaaktiv)