

Kursplan

gültig ab 01. November 2019

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
9:20 - 10:20 FaszienFit			11:00 - 12:00 FaszienFit	
				16:00 - 17:00 Wirbelsäulen- gymnastik
				17:30 - 18:45 PowerWorkout
18:15 - 19:15 Wirbelsäulen- gymnastik	18:15 - 19:30 Luna Yoga	18:00 - 19:30 Rücken- und Nackentriathlon	18:00 - 19:30 Rücken- und Nackentriathlon	
19:30 - 21:00 Rücken- und Nackentriathlon			19:45 - 20:45 FaszienFit sportlich	



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

info@villa-aktiv.de

www.facebook.com/villaaktiv