

Kursübersicht Kurszentrum Medifit

Stand: 24.04.2024

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
9.00 - 9.45 Uhr Good Morning		16.00 - 16.45 Uhr Medi Cross		9.00 - 9.45 Uhr Good Morning		10.00 - 11.00 Uhr QiGong		9.00 - 9.45 Uhr Good Morning	
12.00 - 12.45 Uhr Fit am Mittag		17.00 - 18.15 Uhr Yoga	17.10 - 17.50 Uhr Sling	12.00 - 12.45 Uhr Fit am Mittag	12.00 - 12.45 Uhr Medi Balance	15.00 - 15.45 Uhr HulaHoop		12.00 - 12.45 Uhr Fit am Mittag	
16.00 - 16.45 Uhr Medi Balance		18.30 - 19.45 Uhr Yoga		15.00 - 15.45 Uhr Best Ager		15.20 - 16.00 Uhr Sling		14.00 - 14.30 Uhr Bauch-Beine-Po	
18.30 - 19.00 Uhr Bauch-Beine-Po		19.00 - 20.00 Uhr Pilates		16.30 - 18.00 Uhr Nordic Walking	16.30 - 17.15 Uhr Faszienpilates	16.10 - 16.50 Uhr Sling		14.30 - 15.30 Uhr Yoga	15.00 - 15.45 Uhr Bodyforming- Langhantel
19.15 - 20.00 Uhr Jumping	19.15 - 20.00 Uhr Step-Aerobic	20.00 - 21.00 Uhr Female HipHop		17.30 - 18.30 Uhr QiGong		17.10 - 18.10 Uhr Fit und Gesund		16.00 - 16.45 Uhr Latin Dance	16.00 - 16.45 Uhr Medi Cross
20.15 - 21.00 Uhr Bodyforming- Langhantel				18.40 - 19.10 Uhr Bauch-Beine-Po		18.00 - 18.45 Uhr Latin Dance		17.00 - 17.45 Uhr HulaHoop	17.00 - 17.45 Uhr Step
				19.15 - 20.00 Uhr Jumping		19.00 - 20.00 Uhr Autogenes Training			
						20.00 - 21.00 Uhr Pilates			

Präventionskurse (Kassengestützt)
Selbstzahlerkurse