

# Kursplan Juli bis September 2024

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
9:00 Reha-Kurs Tizian	9:00 Aqua René			9:00 Reha-Kurs Nadine		9:15 / 75min Fitdankbaby maxi Rebecca	9:00 Aqua René	9:00 Rückenschule René	
10:00 Rückenschule Tizian	Aqua René			10:00 Rückenschule Nadine		10:45 / 75min Fitdankbaby mini Rebecca	Aqua René	10:00 Reha-Kurs René	
	Aqua René	11:00 Yoga Ines					Aqua René		
	Aqua René						Aqua René		
	Aqua René								
15:45 Kinder Yoga Ines		16:00 Rückenschule Ines							
17:00 Pilates Ines	17:00 Stark und Straff René	17:00 Reha-Kurs Ines			17:00 Rückenschule René				
18:00 Yoga Ines	18:00 Reha-Kurs Marcel	18:00 Pilates Ines		18:00 Yoga Ines	18:00 Stark und Straff René		18:00 Line Dance Uschi		
19:00 Rückenschule Nadine		19:00 Yoga Ines		19:00 Rückenschule Ines	19:00 Rückenschule René	19:00 Rückenschule Nadine	19:00 Line Dance Uschi		
	20:00 Bodystyling Christina	20:00 Yoga Ines		20:00 Rückenschule Ines			20:00 PowerRücken Christina ab 09/24		

- Hauptgebäude
- Kursraum 1
- Kursraum 2
- Aktiv Vital Hotel Schmalkalden

Die Anmeldung für die Nordic Walking Kurse erfolgt unter der Tel.-Nummer 0174-3073456



Gesundheitszentrum Schmalkalden

Telefon: 03683-6098771

E-Mail: [schmalkalden@medizentren.de](mailto:schmalkalden@medizentren.de)