

# Kursplan Januar bis März 2025

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
9:00 Reha-Kurs Tizian	9:00 Aqua René			8:00 Reha-Kurs Nadine			9:00 Aqua René	9:00 Rückenschule Nadine	
10:00 Rückenschule Tizian	Aqua René			9:00 Rückenschule Nadine			Aqua René	10:00 Reha-Kurs Nadine	
	Aqua René	11:00 Yoga Ines		10:00 Rückenschule Nadine			Aqua René		
	Aqua René						Aqua René		
	Aqua René						Aqua René		
		16:00 Rückenschule Ines					14:00 / 60min Fitdankbaby Maxi Rebecca		
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 Bodystyling Christina	19:00 Yoga Ines		19:00 Rückenschule Ines	19:00 Rückenschule René		19:00 PowerRücken Christina	19:00 Line Dance Uschi	
20:00 Rückenschule Nadine		20:00 Yoga Ines		20:00 Rückenschule Ines					

- 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

