

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
9.00 Uhr	Reha		Reha 9h	Crossmove 9.30		Crossmove spezial 9.30
10 Uhr	Reha				Reha	
11 Uhr	Reha sanfte Gymnastik				Reha sanfte Gymnastik	
12 Uhr						
13 Uhr						
14 Uhr						
15 Uhr						
16 Uhr						
17 Uhr	Reha	B,B,Po	Jumping	Six Pack	Reha	
18 Uhr	Latin Aerobic	Indoor cycling	Faszientraining	Reha	Pilates / und TRX	
19 Uhr	Takwando	TRX	Crossmove	Yoga		
20 Uhr						

Alle Kursbeschreibungen findet ihr auf www.wellja.net