



KURSPLAN

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
Funktionelles Seniorentaining	11.40 - 12.40 Uhr					
Kraft durch Functional Training			16.15 - 17.00 Uhr			
Faszien Fokus					11.40 - 12.30 Uhr	
Wirbelsäulengymnastik		10.00 - 11.00 Uhr	19.00 - 20.00 Uhr			
RückenFit mit EGym-Zirkel			17.45 - 18.45 Uhr (in Planung)		09.45 - 10.45 Uhr	
Neurac®	18.50 - 19.50 Uhr 19.55 - 20.55 Uhr	18.00 - 19.00 Uhr 19.00 - 20.00 Uhr	15.00 - 16.00 Uhr	18.30 - 19.30 Uhr 19.40 - 20.40 Uhr		10.00 - 11.00 Uhr
Reha-Kurs	15.15 - 16.00 Uhr 16.15 - 17.00 Uhr	14.00 - 14.45 Uhr 15.00 - 15.45 Uhr	10.00 - 10.45 Uhr 18.00 - 18.45 Uhr	07.30 - 08.15 Uhr 08.30 - 09.15 Uhr 16.15 - 17.00 Uhr 17.15 - 18.00 Uhr		
Yoga	17.30 - 18.30 Uhr				07.30 - 08.30 Uhr (in Planung)	
Pilates		16.45 - 17.45 Uhr				

Preisliste

Einheit	Funktionelles Seniorentaining	Kraft durch Functional Training	Faszien Fokus	Wirbelsäulengymnastik	RückenFit mit EGym-Zirkel	Neurac®	Yoga	Pilates	Reha-Kurs
8x	150,00* €	140,00* €	150,00* €						Auf ärztliche Verordnung, Selbstzahler auf Anfrage möglich
10x				140,00 €	150,00 €	170,00 €	175,00 €	175,00 €	
20x				240,00 €		290,00 €			

Hier geht es zu unserer Kursseite →
 

Stand: 09/2026, kurzfristige Änderungen vorbehalten *Wird von den meisten Krankenkassen bezuschusst