






















Kursplan

14.05.2018 - 20.05.2018


Vital Center Wentorf
Am Casinopark 8
21465 Wentorf
04072544331
info@vitalcenterwentorf.de




Montag 14.05.2018	Dienstag 15.05.2018	Mittwoch 16.05.2018	Donnerstag 17.05.2018	Freitag 18.05.2018	Samstag 19.05.2018	Sonntag 20.05.2018
09:30 - 10:15 Pilates	09:30 - 10:15 Pilates	09:30 - 10:15 Seniorengymnastik	09:30 - 10:15 Rücken Vital	09:30 - 10:15 Pilates	10:30 - 11:15 JumpingFitness®	
10:30 - 11:15 five@Gym meets Blac... 	10:30 - 11:30 Herzsport 	10:30 - 11:15 Rücken Vital 	 10:30 - 11:15 five@Gym meets Blac... 	10:30 - 11:15 BBRP 		
14:00 - 15:00 Orthopädiessport 	18:00 - 18:45 Bodyforming 	16:00 - 17:00 Orthopädiessport 	11:30 - 12:30 Orthopädiessport 	14:00 - 15:00 Orthopädiessport 		
15:00 - 16:00 Onkologiesport 		17:00 - 17:45 Rücken Vital	15:00 - 16:00 Lungensport 	17:00 - 18:00 Kräftigung&Dehnung		
17:00 - 17:45 Rücken Vital		18:00 - 18:45 five@Gym meets Blac... 	16:00 - 17:00 Herzsport 			
18:00 - 18:30 Bauch Pur 		19:00 - 19:45 Workout 	17:30 - 18:15 Functional Workout 			
18:30 - 19:15 JumpingFitness® 			18:30 - 19:15 JumpingFitness® 			
19:30 - 20:30 Yoga						

Kräftigung

Körper und Geist...

 Rehabilitations...

 Slim Belly & Sli...

 five

Stand: 20.05.2018