

# Kursplan

10.12.2018 - 16.12.2018

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



Montag 10.12.2018	Dienstag 11.12.2018	Mittwoch 12.12.2018	Donnerstag 13.12.2018	Freitag 14.12.2018	Samstag 15.12.2018	Sonntag 16.12.2018
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 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 BBRP 	11:15 - 12:00 Vital Zirkel 	11:45 - 12:45 Orthopädiessport 	14:00 - 15:00 Orthopädiessport 		
15:00 - 16:00 Onkologiesport 	19:00 - 19:45 Zumba 	16:00 - 17:00 Orthopädiessport 	15:00 - 16:00 Lungensport 	17:00 - 18:00 Liebscher&Bracht		
16:00 - 17:00 Orthopädiessport Sta... 		17:00 - 17:45 Pilates	16:00 - 17:00 Herzsport 			
17:00 - 17:45 Rücken Vital 		18:00 - 18:45 five@Gym meets Blac... 	18:00 - 18:45 Functional Workout 			
18:00 - 18:30 Bauch Pur 		19:00 - 19:45 Workout 	19:00 - 19:45 JumpingFitness® 			

Kräftigung

Körper und Geist...

Rehabilitations...

Slim Belly & Sli...

five


Stand: 16.12.2018

# Kursplan

10.12.2018 - 16.12.2018


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




Montag 10.12.2018	Dienstag 11.12.2018	Mittwoch 12.12.2018	Donnerstag 13.12.2018	Freitag 14.12.2018	Samstag 15.12.2018	Sonntag 16.12.2018
<p>18:30 - 19:15 JumpingFitness@ Zir...</p> <p>19:30 - 20:30 Yoga</p> 						

Kräftigung

Körper und Geist...

 Rehabilitations...

 Slim Belly & Sli...



Stand: 16.12.2018