

Kursplan/Präventionssport

- findet in der Hauptstraße 46 statt -



Stand 01/2026

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
8:30 Hüftschule Christel Edelmann		8:30 Yoga Kerstin Weigel		
9:45 Hüftschule Christel Edelman	9:30 Sturzprophylaxe * Christel Edelmann	9:45 Sturzprophylaxe * Christel Edelmann		9:00 Rückenfit * Kathrin Buck (geplant)
		11:00 Hüftschule Christel Edelmann	10:00 Knieschule Conny Trost	10:00 Rückenfit * Kathrin Buck
		13:00 Rückenfit * Kira Röhm		11:15 Knieschule Inga Ricci
	15:30 Rückenfit * Lisa Bächle			
18:00 Yoga Karin Aulwurm	17:00 Chan Mi Gong Ulrike Schubert		16:40 Fit mit Musik * Kira Röhm	
19:10 Qi Gong Silke Nagel	18:10 Rückenfit * Kira Röhm	17:45 Yoga Jenny Seemüller	17:50 Pilates Kira Röhm	
		19:00 Yoga Jenny Seemüller		

Bringen Sie bitte zu jedem Termin Sportschuhe und ein Handtuch mit.
Terminabsagen bitte 24h im Voraus.

10er Karte (130€)
* Kurse anerkannt ZPP