

Kursplan Hands-On e.V.

<u>Uhrzeit</u>	<u>Montag</u>	<u>Dienstag</u>	<u>Mittwoch</u>	<u>Donnerstag</u>	<u>Freitag</u>	<u>Samstag</u>
Vormittag						
09:00 Uhr	Damen Rehasport	Rehasport	Damen Rehasport	Damen Rehasport	Damen Rehasport	
10:00 Uhr	Rehasport Schwerpunkt: Ausdauer draußen	Rehasport	Rehasport	Rehasport	Rehasport	
11:00 Uhr		Rehasport <i>im Plettenberg</i> Schwerpunkt: Hockergymnastik		Rehasport <i>im Plettenberg</i>		Rehasport Schwerpunkt: Wirbelsäule
Nachmittag						
17:00 Uhr		Rehasport Schwerpunkt: Wirbelsäule	Rehasport			
18:00 Uhr	Rehasport	Rehasport	Rehasport	Rehasport	Rehasport	
19:00 Uhr		Rehasport	Rehasport Schwerpunkt: Ausdauer	Rehasport Schwerpunkt: Ausdauer & Kraft		

Hinweis: Das ist der aktuelle Kursplan. Wir informieren Sie, wenn wir wieder neue Kurse eröffnen.