

Weil Ihre Gesundheit es Wert ist!

Der Kursplan ist gültig ab dem 10.10.2011

Medical Business Center
Mina-Rees-Straße 5
Darmstadt
Tel.: 06 15 1 - 7 80 54 00

www.intenso-darmstadt.de

Montag

Zeit	Kurs
17.30 - 18.30	Workout
18.30 - 20.00	Hatha Flow Yoga

Dienstag

Zeit	Kurs
19.00 - 20.00	Rücken
20.00 - 21.00	Workout

Mittwoch

Zeit	Kurs
09.30 - 10.30	Pilates
17.30 - 18.30	Rücken + Bauch
18.30 - 19.30	Cardio Workout

Donnerstag

Zeit	Kurs
07.30 - 08.30	Business Yoga
17.30 - 18.30	Pilates
18.30 - 19.30	Rücken

Freitag

Zeit	Kurs
16.30 - 17.30	Workout
17.30 - 18.30	Step 1

Samstag / Sonntag

Zeit	Kurs
Sonntag:	
10.30 - 12.00	Yoga

Legende

Body and Mind
Kräftigung
Präventionskurs

Vor allem Ihrer Gesundheit zuliebe bitten wir Sie:

- pünktlich zu erscheinen
- ein Handtuch zu benutzen
- saubere Sportschuhe zu tragen