

PRÄVENTIONS- & REHAKURSE

rot: Rehakurse | schwarz: Präventionskurse

gültig ab: 24.11.2010



Rudolf-Diesel-Str. 3 | Groß-Zimmern

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
10.00 -10.55 Rücken Prävention				8.30 - 9.25 Pilates Prävention		
				9.30 - 10.25 Yoga Prävention		
11.00 -11.55 Pilates Prävention						
		17.15 -18.30 Yoga Prävention				
		18.30 -19.25 Reha Basiskurs		18.30 -19.30 Rücken Prävention		
19.30 -20.45 Yoga 1 Prävention						

Dr.-Robert-Murjahn-Str. 18 | Ober-Ramstadt

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
9.00 -9.55 Pilates Prävention		10.30 -11.25 Reha Basiskurs				
10.00 -10.55 Yoga Prävention				10.45 -12.00 Yoga Prävention		



Otto-Röhm- Str.51 | Darmstadt

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
				16.00 -16.55 Yoga Prävention		
			16.30 -17.25 Rücken Prävention			
17.30 -18.25 Rücken Prävention	17.30 -18.25 Rücken Prävention	19.00 -19.25 Rücken Prävention	17.30 -18.25 Reha Basiskurs			

Haardtring 3 | Darmstadt

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
					10.30 -11.25 Reha Basiskurs	
	17.30 -18.25 Rücken Prävention					
19.30 -20.55 Yoga Prävention						



MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
9.30 -10.55 Yoga Prävention	9.00 - 10.00 Pure Pilates Prävention			9.00 - 9.55 Pilates Prävention		
11.00 - 11.55 Pure Pilates Prävention	10.00 - 11.00 Pure Pilates Prävention			10.00 -10.55 Yoga Prävention		
				11.00 - 11.55 Pure Pilates Prävention	12.00 -12.55 Rücken Prävention	
19.00 -19.55 Rücken Prävention		18.30 -19.25 Reha Basiskurs	19.00 -20.10 Yoga Prävention	17.30 - 18.30 Pure Pilates Prävention		
20.00 - 20.55 Pure Pilates Prävention						