THERAPIEZEIT
Leben in Bewegung!

Kurse – Gesundheit & Medical Fitness

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
MOBILITY **09:30-10:00Uhr**		**Functional Training** **16:15-17:00Uhr**	**Wirbelsäulengymnastik** **10:15-11:00Uhr**	
Rückenfit **17:00-17:45Uhr**		**Progressive Muskelrelaxation** **18:30-19:15Uhr**		**Autogenes Training** **17:00-17:45 Uhr**