



Kursprogramm ab 01.03.2023



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9:00 - 9:45 Body Forming	10:00 – 11:00 Yoga	9:00 - 9:45 Rücken Fit		9:00-09:45 Rücken Fit		
10:00 – 10:45 Pilates		9:50-10:10 Faszien Fit	9:30-10:15 Reha-Sport	09:50-10:35 Pilates		
11:00 – 11:45 Reha-Sport		10:15-11:00 Bauch Beine Po	10:30-11:15 Reha-Sport	11:30 – 12:15 Reha-Sport		10:30-11:30 Bodystyling
Durchgehende Betreuung auf der Trainingsfläche						
18:15 - 19:00 Rücken Fit	18:00 – 18:45 Reha-Sport	17:30 - 18:15 Reha-Sport	18:00 – 19:00 Bauch Beine Po	18:00-19:00 Zumba		
19:05 – 19:25 Faszien Fit	19:00 – 19:45 Reha-Sport	18:30 - 19:15 Pilates				
19:30 - 20:30 Zumba	20:00 – 21:00 Muscle Fire	19:20 – 19:40 Faszien Fit		19:15-20:00 Reha-Sport		
		19:45-20:45 MyFuntone				

■ Ganzkörper - Power

■ Mobilisation, Gesundheit

■ Rehasport (mit Rezept)

Kontakt: B3 Vital – Freiburger Str. 11 - 79189 Bad Krozingen * **Telefon:** 07633 – 948737 * **E-Mail:** service@b3-vital.de * **Web:** www.b3-vital.de

*Öffnungszeiten Mo.- Fr. 8-22 Uhr * Sa. 10– 18 Uhr * So. und Feiertagen: 10-16 Uhr * An Feiertagen finden keine Kurse statt