

Kursplan

27.09.2021 - 03.10.2021

INJOYmed Vreden
Winterswijk Str. 55
48691 Vreden
(0 25 64) 980 40
info@injoymed-vreden.de



Montag 27.09.2021	Dienstag 28.09.2021	Mittwoch 29.09.2021	Donnerstag 30.09.2021	Freitag 01.10.2021	Samstag 02.10.2021	Sonntag 03.10.2021
08:00 - 08:45 Wirbelsäulengymnast...	08:00 - 08:45 Wirbelsäulengymnast...	09:00 - 09:45 Fit Ball Im Raum Vi...	08:00 - 08:45 INYin-Yoga Im Raum ...	08:00 - 08:45 Wirbelsäulengymnast...		
09:00 - 09:45 INshape im Raum Vit...	09:00 - 09:45 Rücken Power	10:00 - 10:45 Gerätezirkel Im Rau...	09:00 - 09:45 Wirbelsäulengymnast...	08:00 - 08:45 INyoga im Kursraum ...		
09:00 - 09:45 INYin-Yoga im Raum ...	09:00 - 09:45 Pilates im Raum Lun...	17:00 - 17:45 Wirbelsäulengymnast...	09:00 - 09:45 INshape am Berkelbe...	09:00 - 09:45 Gerätezirkel Im Rau...		
10:00 - 10:45 Kreggel Hollen	10:00 - 10:45 Kreggel Hollen	18:00 - 18:45 Wirbelsäulengymnast...	09:00 - 09:45 INshape im Raum Vit...	09:00 - 09:45 INyoga am Berkelbea...		
10:00 - 10:30 INballance im Raum ...	10:00 - 10:30 INballance im Raum ...	19:00 - 20:00 Beckenbodentraining... Steffi	10:00 - 10:45 Wirbelsäulengymnast...	10:00 - 10:45 Wirbelsäulengymnast...		
16:00 - 16:45 Wirbelsäulengymnast...	18:00 - 18:45 Wirbelsäulengymnast...	19:00 - 19:45 Wirbelsäulengymnast...	11:00 - 11:45 Wirbelsäulengymnast...	17:00 - 17:45 INSynergy Im Raum V...		
18:00 - 18:45 Wirbelsäulengymnast...	18:00 - 18:45 INyoga im Kursraum ...		17:00 - 17:45 Reha Kids im Raum V...			
18:00 - 19:00 Beckenbodentraining... Steffi	19:00 - 19:45 Wirbelsäulengymnast...		18:00 - 18:45 Wirbelsäulengymnast...			
19:00 - 19:45 Rücken Power	19:00 - 19:45 INyoga im Kursraum ...		19:00 - 19:45 Wirbelsäulengymnast...			
19:00 - 19:45 INfun im Raum Vita	20:00 - 20:30 INBALLance		19:00 - 19:45 INyoga im Kursraum ...			
20:00 - 20:45 Rücken Power im Rau...	20:00 - 20:45 Wirbelsäulengymnast...		20:00 - 20:45 Wirbelsäulengymnast...			

- Ausdauertraining...
- Muskel- & Figurt...
- Rücken-& Gelenkt...
- Senioren Trainin...
- Yoga & Pilates
- moderates Ausdau...
- nur mit Anmeldun...

Stand: 28.09.2021