

Wir starten ab Februar 2023

- Montag 9 Uhr Reha Sport*

- Montag 10 Uhr Reha Sport*

- Montag 11 Uhr Ganzkörperkräftigung für Mamas** (ab 06.02.)

- Montag 18 Uhr Pilates (ab 06.02.)

- Dienstag 10:30 Uhr MoSi (Mobilität und Sicherheit)** ! NEU ! (ab 07.02.)

- Dienstag 18 Uhr Reha Sport*

- Dienstag 19 Uhr Step-Fitness (ab 07.06.)

- Mittwoch 10 Uhr Reha Sport*

- Mittwoch 13 Uhr Beckenbodentraining (08.02)

- Mittwoch 17 Uhr Reha Sport*

- Mittwoch 18 Uhr Faszien Fitness** (ab 08.02.)

- Mittwoch 19 Uhr Ganzkörperkräftigung ** (ab 08.06.)

- Donnerstag 19 Uhr Laufen für Anfänger ! NEU ! (ab 09.06.)

- Freitag 10:20 Uhr MoSi (Mobilität und Sicherheit)** ! NEU ! (ab 10.06)

****Präventionskurs: ges. Kranken. übernehmen Teil der Kosten!**

***Reha Sport: Verordnung vom Arzt Kranken. übernehmen Kosten!**

Infos und Anmeldung

www.physioteam-puschendorf.de

Tel: 09101 / 9741