

# GRUPPENANGEBOTE PHYSIO-OST AG

AB JANUAR 2023

ZEIT	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
8.30-9.30 TRAININGSFLÄCHE	09:00 UHR KINESIS (SONJA)		08:30 UHR KINESIS (RAHEL)		
09.30 -10.30 TRAININGSFLÄCHE			09:30 UHR KINESIS (RAHEL)		
12.00-13.00					
Ab 18.00 TRAININGS-FLÄCHE			18.00 UHR KINESIS KRAFT (RAHEL)		
Ab 18.00 GRUPPENRAUM	18.00 UHR M.A.X. & CORE (CLAUDIA)	18.00 UHR LESMILLS BODYPUMP (GERNOT)	18:00 UHR COMBAT TRAINING (PASCAL)	18.00 UHR KINESIS POWER (MICHÈLLE)	
Ab 19.00 GRUPPENRAUM	19.00 UHR PILATES (CLAUDIA)	19.15 UHR YINYOGA (GERNOT)	19.00 UHR ZUMBA (JANE)	19.15 UHR LES MILLES BODYPUMP (FABIENNE)	

physicst

