

# Kursplan Oktober bis Dezember 2024

Montag		Dienstag	Mittwoch		Donnerstag	Freitag
9:00 Reha-Kurs Tizian	9:00 Aqua René		9:00 Reha-Kurs Nadine		9:00 Aqua René	9:00 Rückenschule Nadine
10:00 Rückenschule Tizian	Aqua René		10:00 Rückenschule Nadine		Aqua René	10:00 Reha-Kurs Nadine
	Aqua René	11:00 Yoga Ines			Aqua René	
	Aqua René				Aqua René	
	Aqua René					
15:45 Kinder Yoga Ines		16:00 Rückenschule Ines			14:00 / 60min Fitdankbaby Maxi Rebecca	
17:00 Pilates Ines	17:00 Stark und Straff René	17:00 Reha-Kurs Ines		17:00 Rückenschule René	15:15 / 60min Fitdankbaby Kids Rebecca	
18:00 Yoga Ines	18:00 Reha-Kurs Marcel	18:00 Pilates Ines	18:00 Yoga Ines	18:00 Stark und Straff René		18:00 Line Dance Uschi
19:00 Rückenschule Nadine		19:00 Yoga Ines	19:00 Rückenschule Ines	19:00 Rückenschule René		19:00 Line Dance Uschi
20:00 Rückenschule Nadine	20:00 Bodystyling Christina	20:00 Yoga Ines	20:00 Rückenschule Ines			20:00 PowerRücken Christina ab 09/24

- Hauptgebäude
- Kursraum 1
- Kursraum 2
- Aktiv Vital Hotel Schmalkalden

Die Anmeldung für die Nordic Walking Kurse erfolgt unter der Tel.-Nummer 0174-3073456



Gesundheitszentrum Schmalkalden  
 Telefon: 03683-6098771  
 E-Mail: schmalkalden@medizentren.de