

# Unser Kursprogramm

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Freies Krafttraining * 8:00 - 10:00 Uhr	Freies Krafttraining * 8:00 - 10:00 Uhr			Freies Krafttraining * 8:00 - 10:00 Uhr
		Fitdankbaby® MAXI 9:20 - 10:20 Uhr	Fitdankbaby® MAXI 9:20 - 10:20 Uhr	
Krankengymnastik am Gerät 10:00 - 11:00 Uhr	Braaker Babys 10:00 - 11:00 Uhr			
		Fitdankbaby® MINI 10:45 - 11:45 Uhr		
Freies Krafttraining * 12:00 - 14:00 Uhr			Freies Krafttraining * 12:00 - 14:00 Uhr	
	Krankengymnastik am Gerät 13:00 - 14:00 Uhr	Krankengymnastik am Gerät 13:00 - 14:00 Uhr		Krankengymnastik am Gerät 13:00 - 14:00 Uhr
	Aktive Hüfte * 14:00 - 15:00 Uhr		Aktives Knie * 14:00 - 15:00 Uhr	
Braaker Kids (ab 02.06.) 15:30 - 16:30 Uhr	Freies Krafttraining * 15:00 - 17:00 Uhr	Fitdankbaby® KIDS 15:30 - 16:30 Uhr	Freies Krafttraining * 15:00 - 17:00 Uhr	
Krankengymnastik am Gerät 16:00 - 17:00 Uhr		Freies Krafttraining * 17:00 - 19:00 Uhr		
Freies Krafttraining * 17:00 - 19:30 Uhr	Krankengymnastik am Gerät 17:00 - 18:00 Uhr	Fitdankbaby® PRE 17:00 - 18:00 Uhr		
		Frauen-Fitness (Gerätetraining) 19:00 - 20:00 Uhr		