

aktiv-raum UG - Kursplan

Standort: Bad Bentheim



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Jeden zweiten Sonntag
				9:00 - 10:00 Uhr Pilates (Yvonne Se.)		9:00 - 9:45 BodyFit Compact (Yvonne Sl.)
			17:30 - 18:30 Uhr BodyFit (Yvonne Sl.)	10:10 - 10:40 Uhr Faszientraining (Yvonne Se.)		9:55 - 10:55 Uhr Yoga Flow (Yvonne Sl.)
			18:40 - 19:40 Uhr Yoga Flow (Yvonne Sl.)			11:05 - 11:50 Uhr Zeit für mich Entspannung & Stressbewältigung (Yvonne Sl.)
		17:00 - 18:00 Uhr Pilates (Yvonne Se.)	19:50 - 20:50 Uhr BALLance nach Dr. Tanja Kühne (Yvonne Sl.)			

Weitere Kurse folgen in Kürze!
Die Kurse können zum Großteil über unsere KursApp Skedflex gebucht werden! Wichtig, auch Teilnahmen über Wellpass/Hansefit müssen vorher angemeldet bzw. über Skedflex gebucht werden. Bei Fragen oder für Infos und Buchungen meldet euch gerne unter: bentheim@aktiv-raum.de

