

Therapiezentrum Drache

Mit uns GESUND durchs Leben

(030) 26 30 64 74

Wochenplan

Die Sportgruppen finden in der Regattastr. 104 statt
Stand Januar 2018 (Änderungen vorbehalten)

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	08:30 - 09:15 Uhr Reha Trainer: Ron			
09:00 - 09:45 Uhr Reha Trainerin: Uta	09:30 - 10:30 Uhr Fitness mit Baby Trainer: Ron	09:00 - 09:45 Uhr Reha Trainerin: Uta	09:00 - 09:45 Reha Trainer: Ron	09:00 - 09:45 Uhr Reha Trainerin: Uta
10:00 - 10:45 Uhr Reha Trainerin: Uta	11:00 - 11:45 Reha Trainer: Ron	10:00 - 10:45 Uhr Reha Trainerin: Uta	10:00-10:45 Uhr Reha Trainer: Ron	10:00 - 11:00 Uhr Rückenschule Trainerin: Uta
11:00 - 11:45 Reha Trainerin: Uta		11:00 - 12:00 Uhr Pilates Trainerin: Uta		11:15 - 12:00 Uhr Reha Trainerin: Josi
12:00 - 12:45 Reha Trainerin: Uta	15:30 - 16:15 Uhr Reha Trainerin: Uta	12:15 - 13:00 Uhr Reha Trainerin: Josi		12:15 - 13:00 Uhr Reha Trainerin: Josi
	16:30 - 17:15 Uhr Reha Trainerin: Uta	15:00 - 15:45 Uhr Reha Trainerin: Christian	16:00 - 16:45 Uhr Reha Trainer: Christian	
17:30 - 18:30 Uhr Rückenschule Trainer: Christian	17:30 - 18:15 Reha Trainerin: Uta	16:00 - 16:45 Uhr Reha Trainer: Christian		
18:45 - 20:15 Uhr Yoga Trainerin: Sandra	18:30 - 19:30 Uhr Pilates Trainerin: Uta	18:00 - 19:30 Uhr Yoga Trainerin: Sandra	19:00 - 20:00 Uhr Tiefenmuskulatur Trainer: Ron	
	19:45 - 20:30 Uhr Reha Trainerin: Uta	19:45 - 21:15 Uhr Yoga Trainerin: Sandra		