



SCHÖPFERUNDMÜLLER
Physiotherapeuten Partnerschaft

NEUE KURSE

Ab 15. Januar 2024

Jetzt anmelden unter info@p122.de oder sprechen Sie uns an.

Neue KURSE

Ab 15.01.2024



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08:45 - 9:45	Rückenschule <i>Chris</i>	Rückenschule <i>Rike</i>	Pilates <i>Stephie</i>	Pilates <i>Annika</i>	Ganzkörperkräftigung Männer <i>Rike</i>
10:00 - 11:00		Schulter-Nacken- Training <i>Chris</i>	Beinachsentraining <i>Stephie</i>	Pilates <i>Annika</i>	Pilates <i>Esther</i>
16:00 - 17:00				Yoga <i>Fely</i>	
16:15 - 17:15	Stabi/Kraft Schwerpunkt Knie/Hüfte <i>Rike</i>	Flexibel Training Beweglichkeits- orientierte Ganzkörperkräftigung <i>Esther</i>	Pilates <i>Annika</i>		
17:30 - 18:30	Rückenschule <i>Chris</i>	Pilates <i>Esther</i>	Pilates <i>Annika</i>	Schlingentraining TRX Anfänger <i>Rike</i>	
18:00 - 19:00					Functional Training <i>Max</i>
18:45 - 19:45	Rückenschule <i>Chris</i>	Schlingentraining TRX <i>Stephie</i>	Rückenschule Männer <i>Chris</i>	Core & Langhanteltraining <i>Dominik</i>	
20:00 - 21:00			Rückenschule <i>Chris</i>	Schlingentraining TRX <i>Stephie</i>	

Jetzt anmelden unter info@p122.de oder sprechen Sie uns an