

Kurs-Wochenübersicht



Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
08:00				
09:00				
09:00-10:00	Präventives Rückentraining		Präventives Rückentraining	Präventives GENIUS Rückentraining
10:00-11:00	Präventives GENIUS Rückentraining		Präventives GENIUS Rückentraining	
11:00-12:00			Präventives GENIUS Rückentraining	
12:00-13:00				
13:00-14:00				
14:00-15:00				
15:00-16:00				
16:00-17:00				
17:00-18:00			Präventives GENIUS Rückentraining	
18:00-19:00	Präventives GENIUS Rückentraining	Präventives GENIUS Rückentraining	Präventives GENIUS Rückentraining	Stoffwechseltraining
19:00-20:00	Präventives GENIUS Rückentraining			Präventives Rückentraining
20:00-21:00				Präventives GENIUS Rückentraining
21:00				Stoffwechseltraining