

Ab Mai 2018

Montag

belegt
9.30
Rücken-/Rehakurs

10.30
Der fitte
Rückenkurs

Power
Walking
(bei
schönem
Wetter)

belegt
11.30
Rückenkurs
/Dehnen

16.00
Rückenkurs

17.00
Rückenkurs

18.00
Pilates
Fortgeschrittene

19.00
AROHA

20.00
Yoga
mit Anmeldung

Dienstag

9.30
Pilates
Anfänger

10.30
Pilates
Fortgeschrittene

16.00
Faszien

17.00
Rückenkurs

18.00
Rückenkurs
mit Anmeldung

19.00
Rückenkurs
BBP/der ganz Fitte

20.00
Rückenkurs

Mittwoch

9.30
Rückenkurs

10.30
YOGA

17.00
Rückenkurs

18.00
Rückenkurs

19.00
Pilates
mit Anmeldung

Donnerstag

9.30
Rückenkurs
Fortgeschrittene

10.30
Rückenkurs

11.30
Lass-Los-Kurs

16.00
Rücken-
/Rehakurs

17.00
Rücken-
/Rehakurs

18.00
Rückenkurs
mit Anmeldung

19.00
Yoga
mit Anmeldung

20.00
Rückenkurs

Freitag

belegt
10.30
Rückenkurs

11.30
Rückenkurs

16.00
Lass-Los-Kurs

17.00
Rückenkurs

Anerkennung für Rehabilitationssport
und Funktionstraining bei allen
Krankenkassen.

Angeschlossen an den
Landesbehindertensportbund,
Landessportbund und
Niedersächsischen Turnerbund.

Pluspunkt Gesundheit.DTB

Sport pro Gesundheit. Deutscher Sportbund

Rückenzentrum Wedemark e.V.

Industriestr. 36

30900 Mellendorf

☎ 05130 / 92 80 47 0

FAX 05130 / 37 58 59

info@rueckenzentrum-wedemark.de

www.rueckenzentrum-wedemark.de



Öffnungszeiten:

Mo, Mi, Fr	9.00 - 22.00 Uhr
Di & Do	9.00 - 22.30 Uhr
Sa	12.00 - 18.00 Uhr
So	10.00 - 18.00 Uhr
vom 01.Juli bis 30. September	
So	9.00 - 14.00 Uhr