

Wochenplan

Schnuppern ist bei allen Angeboten ohne vorherige Anmeldung möglich

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	Reha-Fit - Faszien 12:15 - 13:00 Uhr	Reha-Fit - Rücken 12:15 - 13:00 Uhr		
Pilates 14:45 - 15:45 Uhr	Reha-Fit - Ganzkörper 14:45 - 15:30 Uhr	Functional Fitness 14:45 - 15:45 Uhr		Athletiktraining 14:45 - 15:45 Uhr
HIIT 15:45 - 16:45 Uhr	Reha-Fit - Herzsport 15:45 - 16:45 Uhr	Step Aerobic 15:45 - 16:45 Uhr		Reha-Fit - Ganzkörper 15:45 - 16:30 Uhr
	Reha-Fit - Faszien 16:45 - 17:30 Uhr			
Yoga 17:45 - 19:00 Uhr	Reha-Fit - Rücken 17:45 - 18:30 Uhr	Sling-Training Advanced 17:45 - 18:45 Uhr		

Fitness & Gesundheit: Voraussetzung ist das Zusatzmodul "Kurse"

Reha-Fit: Voraussetzung ist eine ärztliche Verordnung oder das Zusatzmodul "Reha-Fit ohne Verordnung"

Anmeldung via Web-App: B fit e.V.

Internet:

<https://mein.b-fit->

[ms.de/studios/YmZpdG1z](https://mein.b-fit-ms.de/studios/YmZpdG1z)

