



SPA WOHLFÜHL-WOCHENPLANER

22.11.2021 – 28.11.2021

Montag 22.11.2021

09.00 Uhr // Wassergymnastik // 20 Min. // kostenfrei

Dienstag 23.11.2021

09.00 Uhr // Wassergymnastik // 20 Min. // kostenfrei

Mittwoch 24.11.2021

09.00 Uhr // Wassergymnastik // 20 Min. // kostenfrei

11.10 Uhr // Ganzkörpertraining // 45 Min. // 9,50€
p.P.

14.10 Uhr // aktive Körpermitte // 20 Min. // 9,50€ p.P.

Donnerstag 25.11.2021

09.00 Uhr // Wassergymnastik // 20 Min. // kostenfrei

11.10 Uhr // Intervall Fit // 20 Min. // 9,50€ p.P.

Freitag 26.11.2021

09.00 Uhr // Wassergymnastik // 20 Min. // kostenfrei

11.10 Uhr // Pilates // 45 Min. // 9,50€ p.P.

14.10 Uhr // Rücken Mobility // 9,50€ p.P.

Samstag 27.11.2021

09.00 Uhr // Wassergymnastik // 20 min. // kostenfrei

11.00 Uhr // Rücken Mobility // 50 min. // 9,50€p.P

16.00 Uhr // Aqua Fit// 50 min. // 9,50€p.P

Sonntag 28.11.2021

09.00 Uhr // Wassergymnastik // 20 Min. // kostenfrei

12.00 Uhr // aktive Körpermitte // 20 Min.// 9,50€p.P