

Kursplan

19.03.2018 - 25.03.2018

FTZ Lehermeier Fitness- und Therapiezentrum
 Straubinger Str. 23
 94405 Landau an der Isar
 09951 98710
 info@ftz-lehermeier.de



Montag 19.03.2018	Dienstag 20.03.2018	Mittwoch 21.03.2018	Donnerstag 22.03.2018	Freitag 23.03.2018	Samstag 24.03.2018	Sonntag 25.03.2018
<p>08:30 - 09:30 Rehasport Orthopädi... Klaus Ruhland</p> <p>09:30 - 10:30 Rehasport Orthopädi... Klaus Ruhland</p> <p>10:30 - 11:30 ZUMBA Start 18 Sept... Simona Neacsu </p> <p>16:00 - 17:00 Rehasport Orthopädi... Franz Lehermeier</p> <p>17:00 - 18:00 Rehasport Orthopädi... Franz Lehermeier</p> <p>18:00 - 19:00 Zirkeltraining Simona Neacsu</p> <p>19:00 - 20:00 Fatburner Simona Neacsu </p> <p>20:00 - 21:00 Yoga für Fortgeschr... Tatjana Pollinger</p>	<p>09:00 - 10:00 Rehasport Orthopädi... Franz Lehermeier</p> <p>10:00 - 11:00 Rehasport Orthopädi... Franz Lehermeier</p> <p>17:30 - 18:30 Faszientraining Franz Lehermeier</p> <p>18:30 - 19:30 Pilates Karin Schramm</p> <p>19:30 - 21:00 Tai Chi - Chi Gong ... Andrea Karmann</p>	<p>09:00 - 10:00 Faszientraining Tobias Stöllner</p> <p>10:00 - 11:00 Yoga für Fortgeschr... Tatjana Pollinger</p> <p>17:00 - 18:00 Rehasport Orthopädi... Franz Lehermeier</p> <p>18:00 - 19:00 Rehasport Orthopädi... Franz Lehermeier</p> <p>19:00 - 20:00 ZUMBA Simona Neacsu </p> <p>20:00 - 21:00 Bauch Beine Po Simona Neacsu</p>	<p>09:00 - 10:00 Rehasport Orthopädi... Klaus Ruhland</p> <p>10:00 - 11:00 Rehasport Orthopädi... Klaus Ruhland</p> <p>17:00 - 18:00 Faszienfitness Sandra Müller</p> <p>18:00 - 19:00 Core Training Sandra Müller </p> <p>19:00 - 20:00 Dance Fitness Müller Sandra </p>	<p>09:00 - 10:00 Rehasport Orthopädi... Franz Lehermeier</p> <p>10:00 - 11:30 Tai Chi - Chi Gong Andrea Karmann</p> <p>17:30 - 18:30 Rehasport Orthopädi... Franz Lehermeier / Klaus Ruhland</p> <p>18:30 - 19:30 Strong by Zumba® Simona Neacsu </p>	<p>10:00 - 11:00 Step-Aerobic Simona Neacsu </p>	

- Ausdauer
- Kraft
- Yoga nur für For...
- Entspannung
- Reha-Sport (nur ...)
- Figur
- Rückenschule
- Gymnastik
- Slim Belly

Stand: 23.03.2018