

Kursplan

13.08.2018 - 19.08.2018

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



Montag 13.08.2018	Dienstag 14.08.2018	Mittwoch 15.08.2018	Donnerstag 16.08.2018	Freitag 17.08.2018	Samstag 18.08.2018	Sonntag 19.08.2018
<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 sb</p> <p>16:00 - 17:00 Rehasport Orthopädi... Franz Lehermeier</p> <p>17:00 - 18:00 Rehasport Orthopädi... Franz Lehermeier</p> <p>17:30 - 18:30 Laufen für Fortgesc... Elke Dittrich sb</p> <p>18:00 - 19:00 Zirkeltraining Simona Neacsu</p> <p>19:00 - 20:00 Fatburner Simona Neacsu sb</p>	<p>08:30 - 09:00 H.I.I.T. - Training... Josef Kratky und Tobias Stöllner G</p> <p>09:00 - 10:00 Rehasport Orthopädi... Franz Lehermeier</p> <p>10:00 - 11:00 Rehasport Orthopädi... 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>17:00 - 18:00 Rehasport Orthopädi... Franz Lehermeier</p> <p>17:15 - 18:15 Laufen für Anfänger... Elke Dittrich sb</p> <p>17:30 - 18:30 Laufen für Fortgesc... Kerstin Zwinger sb</p> <p>18:00 - 19:00 Rehasport Orthopädi... Franz Lehermeier</p> <p>19:00 - 20:00 ZUMBA Simona Neacsu sb</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 sb</p> <p>19:00 - 20:00 Dance Fitness Müller Sandra sb</p> <p>20:00 - 20:30 H.I.I.T. - Training... Tobias Stöllner G</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 sb</p>	<p>07:30 - 08:30 Laufjunkies Kerstin Zwinger sb</p>	

- Ausdauer
- Entspannung
- Figur
- Gymnastik
- Kraft
- Reha-Sport (nur ...
- Rückenschule
- Yoga nur für For...
- sb Slim Belly
- G Hoch effektives ...

Stand: 16.08.2018