

KURSPLAN **AKTIV+** UND **REHA**

2025

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
	Reha-Kurs 10:15 - 11:00					
	Reha-Kurs 11:15 - 12:00					
	IndoorCYCLING 18:30 - 19:30	YOGA für Anfänger 18:00 - 19:00			Tai-Chi 17:00 - 18:00	
BeckenbodenFIT 19:15 - 20:15	IndoorCYCLING 19:45 - 20:45	Reha-Kurs 18:00 - 18:45	Pilates 18:00 - 19:00			 Scan Me!
		YOGAFlow 19:15 - 20:30				
		BungeeFIT 20:15 - 21:00				



aktiv – das Fitness- und
Gesundheitsstudio des TSV Handorf

www.aktiv-tsvhandorf.de