





# PhysioConcept

Heeperholz 8

33719 Bielefeld

Tel.:05 21- 3 36 74 71



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vormittags	8:45 Uhr Reha Sport	9:00 Uhr Reha Sport		8:30 Uhr Reha Sport	8:30 Uhr Reha Sport
	9:30 Uhr Reha Sport	9:45 Uhr Reha Sport		9:15 Uhr Reha Sport	9:30 Uhr Reha Sport
		10:30 Uhr Reha Sport		10:00 Uhr Reha Sport	10:30 Uhr Reha Sport
			11:00 Uhr Sitzhockergymnastik	10:45 Uhr Reha Sport	11:15 Uhr Qi Gong <b>NEU ab März 2020</b>
Nachmittags		15:00 Uhr Sitzhockergymnastik	16:15 Uhr Kids Beats & Yoga	16:00 Uhr Reha Sport	
		17:00 Uhr Reha Sport	17:30 Uhr Reha Sport	17:00 Uhr Reha Sport	
	17:00 Uhr Zumba 	17:45 Uhr Reha Sport			17:15 Uhr Zumba 
Abends	18:00 Uhr Reha Sport	18:30 Uhr Reha Sport	18:20 Uhr Reha Sport	18:00 Uhr Tabata	18:15 Uhr Bauch-Beine-Po
	18:15 Uhr Nordic Walking	19:30 Uhr Step & Dance		18:45 Faszien- Rückentraining 	18:30 Uhr Lang-/ Kurzhantelfitness
	18:45 Uhr Reha Sport		19:10 Uhr Drums Alive 	19:35 Uhr Pilates/ Yoga	
	19:30 Uhr Fit-Mix		20:15 Uhr Hatha- Yoga		