

REHA-SPORT KURSPLAN

Stand: 20.02.2012

Fit & Fun Sport- und Gesundheitspark
Coppistraße 1e • 16227 Eberswalde

Tel.: 03334 - 20 74 50 • Fax 03334 - 20 74 52
info@fitundfun-eberswalde.de

Reha- und Gesundheits-
sportverein Eberswalde e.V.



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
9 - 10 Uhr Trockengymnastik Kursraum - Fit & Fun	9 - 10 Uhr Trockengymnastik Kursraum - Fit & Fun	9 - 10 Uhr Trockengymnastik Kursraum - Fit & Fun	9 - 10 Uhr Trockengymnastik Kursraum - Fit & Fun	9 - 10 Uhr Trockengymnastik Kursraum - Fit & Fun
10 - 11 Uhr Funktionstraining an Geräten Kursraum - Fit & Fun	10 - 11 Uhr Funktionstraining an Geräten Kursraum - Fit & Fun	10 - 11 Uhr Funktionstraining an Geräten Kursraum - Fit & Fun	10 - 11 Uhr Funktionstraining an Geräten Kursraum - Fit & Fun	10 - 11 Uhr Funktionstraining an Geräten Kursraum - Fit & Fun
12.30 - 13:15 Uhr Aqua-Gymnastik Reha-Sport Schwimmhalle-Bewegungsbecken		11 - 12 Uhr Trockengymnastik Kursraum - Fit & Fun		15 - 15:45 Uhr Aqua-Gymnastik Reha-Sport Schwimmhalle-Bewegungsbecken
13:15 - 14:00 Uhr Aqua-Gymnastik Reha-Sport Schwimmhalle-Bewegungsbecken		ab 07.03.12 10 - 11 Uhr Funktionstraining an Geräten Kursraum - Fit & Fun		15:45 - 16:30 Uhr Aqua-Gymnastik Reha-Sport Schwimmhalle-Bewegungsbecken
14:00 - 14:45 Uhr Aqua-Gymnastik Reha-Sport Schwimmhalle-Bewegungsbecken		16 - 17 Uhr Trockengymnastik Kursraum - Fit & Fun	17 - 18 Uhr Funktionstraining an Geräten Kursraum - Fit & Fun	
14:45 - 15:30 Uhr Aqua-Gymnastik Reha-Sport Schwimmhalle-Bewegungsbecken		17 - 17:45 Uhr Aqua-Gymnastik Reha-Sport Schwimmhalle-Bewegungsbecken	17 - 18 Uhr Funktionstraining an Geräten Kursraum - Fit & Fun	
		16:30 - 17:30 Uhr Trockengymnastik Kursraum - Fit & Fun	17 - 17:45 Uhr Aqua-Gymnastik Reha-Sport Schwimmhalle-Bewegungsbecken	
16:30 - 17:30 Uhr Trockengymnastik Kursraum - Fit & Fun		17:30 - 18:30 Uhr Funktionstraining an Geräten Kursraum - Fit & Fun	17 - 17:45 Uhr Aqua-Gymnastik Reha-Sport Schwimmhalle-Bewegungsbecken	
18:30 - 19:30 Uhr Funktionstraining an Geräten Kursraum - Fit & Fun		17:30 - 18:30 Uhr Funktionstraining an Geräten Kursraum - Fit & Fun	17 - 17:45 Uhr Aqua-Gymnastik Reha-Sport Schwimmhalle-Bewegungsbecken	
		18:30 - 19:30 Uhr Funktionstraining an Geräten Kursraum - Fit & Fun	17:45 - 18:30 Uhr Aqua-Gymnastik Reha-Sport Schwimmhalle-Bewegungsbecken	
		19:30 - 20:30 Uhr Trockengymnastik Kursraum - Fit & Fun	18:30 - 19:15 Uhr Aqua-Gymnastik Reha-Sport Schwimmhalle-Bewegungsbecken	
			19:15 - 20 Uhr Aqua-Gymnastik Reha-Sport für Fortgeschrittene Schwimmhalle-Tiefwasser	

www.fitundfun-eberswalde.de