



active loft

Sport- und Physiotherapie

KURSPLAN

TAG	BEGINN	ENDE	KURS
Montag	08:15	09:15	Yoga - Morgengruß
	16:00	17:00	Beckenboden
	18:00	19:00	Yoga für Männer
	18:00	19:30	Outdoor
Dienstag	09:30	10:30	Pilates
	15:30	16:30	Kindersport 1 (4/5-7 Jahre)
	16:30	17:30	Kindersport 2 (8-12 Jahre)
	18:00	19:00	Yoga für die Wirbelsäule
	19:00	20:00	Let's Dance! - Lass uns tanzen!
Mittwoch	09:30	10:30	Senior Fit
	18:00	19:00	Yoga für die Wirbelsäule
	19:00	20:00	Wirbelsäule Fit
Donnerstag	17:00	18:00	Funktionelles Training
	18:00	19:30	Yoga
Freitag	08:15	09:15	Morgen-Mobility
	09:30	10:30	Wirbelsäule Fit

ACTIVE-LOFT SPORT- UND PHYSIOTHERAPIE

Ihr Konzept für Ihre Gesundheit - Jetzt neu in Neubukow

Wismarsche Str. 20a | 18233 Neubukow

Telefon: 038294/166833 | E-Mail: kontakt@active-loft.de