Kursplan: Isernhagen

05.10.2026 - 11.10.2026

PRÄVENTAS
Dieselstraße 21
30916 Isernhagen

0511 773051
isernhagen@praeventas.net

Montag 05.10.2026	Dienstag 06.10.2026	Mittwoch 07.10.2026	Donnerstag 08.10.2026	Freitag 09.10.2026	Samstag 10.10.2026	Sonntag 11.10.2026
08:30 - 09:15 Rehabilitationsspor...	08:30 - 09:00 Funktionsgymnastik	08:30 - 09:15 Rehabilitationsspor...	08:30 - 09:00 Funktionsgymnastik	08:30 - 09:15 Rehabilitationsspor...		
09:30 - 10:15 Wirbelsäulengymnast...	09:15 - 09:45 Funktionsgymnastik	09:30 - 10:00 Funktionsgymnastik	09:15 - 09:45 Funktionsgymnastik	09:30 - 10:15 Wirbelsäulengymnast...		
10:30 - 11:00 Funktionsgymnastik	10:00 - 10:30 Funktionsgymnastik	18:15 - 18:45 Funktionsgymnastik	10:00 - 10:45 Wirbelsäulengymnast...	10:30 - 11:00 Funktionsgymnastik		
11:15 - 11:45 Funktionsgymnastik	18:30 - 19:15 Wirbelsäulengymnast...	19:00 - 20:15 Yoga	18:10 - 18:55 Wirbelsäulengymnast...	11:15 - 11:45 Funktionsgymnastik		
18:00 - 19:00 Pilates	19:30 - 20:15 Rehabilitationsspor...	20:30 - 21:00 Funktionsgymnastik	19:10 - 19:55 Rehabilitationsspor...			
19:15 - 19:45 Funktionsgymnastik						
20:00 - 20:30 Funktionsgymnastik						

Stand: 07.10.2026

Dehnen & Entspan... Figur Gesundheit Kampsport Kraft