

BERUF GESUNDHEIT		Kursplan ab		NEU! Aug 2026		Anthrazit: Raum 1 Rot: Raum 2	
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag		
9.30 - 10.30							
Rückenfit 17.8.					10.00 - 11.00		
					Jumping POWER 21.8..		
			10.30 - 11.30				
			Longevity-Workout Funktionelles Training .				
17.30 - 18.30			17.30 - 18.30				
Special Bouncer 17.8.		18.00 - 19.00	Faszientraining 20.8.				
		Jumping BASIC 19.8.					
18.45 - 19.45	18.45 - 19.45		18.45 - 19.45				
StrongByBouncing 17.8.	Functional Workout 18.8.		Indoor Cycling 20.8.				
	18.45 - 19.45	19.15 - 20.15					
	Pilates 18.8.	Jumping POWER 19.8.					
20.00 - 21.00							
Qi Gong							
20.00 - 21.00	20.00 - 21.00	20.15 - 21.15	20.00 - 21.00				
Pilates 17.8.	Bungee Fit BASIC 18.8.	Qi Gong	Bungee Fit Power 20.8.				
Beruf und Gesundheit e.V.	www.beruf-gesundheit.de	info@beruf-gesundheit.de	beruf_und_gesundheit				

