

Praxis Reuter - Kursbelegungsplan, 1. Halbjahr 2018 (Stand: Dez. 2017)

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
7:45						
8:00	Kurs 1 8:00 - 8:30	Kurs 10 8:00 - 9:00	Kurs 18 8:00 - 9:00	Kurs 26 8:00 - 9:00	Kurs 35 8:00 - 9:00	
8:15		Herren 55 Plus / Susanne Brenner Beginn: 19.12.2017	Rücken Fit / Wirbelsäulengymn. / Susanne Brenner Beginn: 13.12.2017			
8:30	Kurs 2 8:30 - 9:30					
8:45						
9:00		Kurs 11 9:00 - 10:00	Kurs 19 9:00 - 10:00	Kurs 27 9:00 - 10:00	Kurs 36 9:00 - 10:00	
9:15		Rücken Fit / Wirbelsäulengymn. / Susanne Brenner Beginn: 19.12.2017	Rücken Fit / Wirbelsäulengymn. / Susanne Brenner Beginn: 13.12.2017	Herren 60 Plus / Susanne Brenner Beginn: 14.12.2017	Aktiv im Alter / Annegret Witke Beginn: 12.01.2018 und 27.04.2018	
9:30						
9:45						
10:00	Kurs 3 10:00 - 11:00			Kurs 28 10:00 - 11:00		
10:15	Body Workout / Carola Naskowski Beginn: 15.01.2018		Kurs 20 10:15 - 11:15	Rücken Fit / Wirbelsäulengymn. / Susanne Brenner Beginn: 14.12.2017	Kurs 37 10:15 - 11:15 Aktiv im Alter / Annegret Witke Beginn: 12.01.2018 und 27.04.2018	
10:30		Kurs 12 10:30 - 11:30				
10:45		Faszientraining / Carola Naskowski Beginn: 20.02.2018				
11:00	Kurs 4 11:00 - 12:00		Kurs 21 11:30 - 12:30			
11:15	Funktionelle Gymnastik / Carola Naskowski Beginn: 15.01.2018			Kurs 29 11:15 - 12:15		
11:30		Kurs 13 11:30 - 12:30		Feldenkrais® / Ute Knolle Beginn: 18.01.2018	Kurs 38 11:30 - 12:30	
11:45						
12:00	Kurs 5 12:00 - 12:45					
12:15	NEU 2018 Sonntags-Special "Workout Mix" 11:00 - 12:00 Uhr				NEU 2018	
12:30						
16:30	Kurs 6 16:30 - 17:30	Kurs 14 16:30 - 17:30	Kurs 22 16:00 - 17:00	Kurs 30 16:15 - 17:15	Kurs 39 16:30 - 17:30	
16:45	Qi - Gong / Annegret Witke Beginn: 08.01.2018 und 09.04.2018					
17:00			Kurs 23 17:00 - 18:00			
17:15			Wirbelsäulengymnastik / Annegret Witke Beginn: 10.01.2018 und 25.04.2018	Kurs 31 17:15 - 18:15		
17:30	Kurs 7 17:30 - 18:30	Kurs 15 17:30 - 18:30		Feldenkrais® / Ute Knolle Beginn: 18.01.2018	Kurs 40 17:30 - 18:30 Spiraldynamik® - Trainingsgruppe/ Anja Bußhaus-Lamers Beginn: 19.01.2018	
17:45	Bauch - Beine - Po / Annegret Witke Beginn: 08.01.2018 fortlaufend					
18:00			belegt !			
18:15			Wirbelsäulengymnastik / Annegret Witke Beginn: 10.01.2018 und 25.04.2018			
18:30				Kurs 32 18:20 - 19:20		
18:45	Kurs 8 18:45 - 19:45	Kurs 16 18:45 - 19:45				
19:00	Rücken Fit / Wirbelsäulengymn. / Susanne Brenner Beginn: 18.12.2017	Feldenkrais / Ute Knolle Beginn: 16.01.2018		belegt !	Kurs 41 19:00 - 20:00	
19:15						Kurs 25 19:15 - 20:15
19:30						Bauch - Beine - Po / Annegret Witke Beginn: 10.01.2018 fortlaufend
19:45						
20:00	Kurs 9 20:00 - 21:00	Kurs 17 20:00 - 21:00				
20:15	Rücken Fit / Wirbelsäulengymn. / Susanne Brenner Beginn: 18.12.2017					
20:30						
20:45					Kurs 34 21:00 - 22:00	
21:00						
21:15						

