

Praxis Reuter - Kursbelegungsplan, 2. Halbjahr 2018 (Stand: Aug. 2018)

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: 11.09.2018	Rücken Fit / Wirbelsäulengymn. / Susanne Brenner Beginn: 12.09.2018		
8:30	Kurs 2 8:30 - 9:30				
8:45					
9:00				Kurs 11 9:00 - 10:00	Kurs 19 9:00 - 10:00
9:15		Rücken Fit / Wirbelsäulengymn. / Susanne Brenner Beginn: 11.09.2018	Rücken Fit / Wirbelsäulengymn. / Susanne Brenner Beginn: 12.09.2018	Herren 60 Plus / Susanne Brenner Beginn: 13.09.2018	Aktiv im Alter / Annegret Witke Beginn: 21.09.2018
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: 10.09.2018		Kurs 20 10:15 - 11:15	Rücken Fit / Wirbelsäulengymn. / Susanne Brenner Beginn: 13.09.2018	Kurs 37 10:15 - 11:15 Aktiv im Alter / Annegret Witke Beginn: 21.09.2018
10:30		Kurs 12 10:30 - 11:30	Rücken Fit / Wirbelsäulengymn. / Susanne Brenner Beginn: 12.09.2018		
10:45					
11:00	Kurs 4 11:00 - 12:00	Faszientraining / Carola Naskowski Beginn: 11.09.2018			
11:15	Funktionelle Gymnastik / Carola Naskowski Beginn: 10.09.2018			Kurs 29 11:15 - 12:15	
11:30			Kurs 13 11:30 - 12:30	Kurs 21 11:30 - 12:30	Feldenkrais® / Ute Knolle Beginn: 20.09.2018
11:45					
12:00	Kurs 5 12:00 - 12:45		Jeder Schritt macht fit! / Carola Naskowski Beginn: 07.11.2018		
12:15					
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: 10.09.2018		Kurs 23 17:00 - 18:00		
17:00			Wirbelsäulengymnastik / Annegret Witke Beginn: 12.09.2018	Kurs 31 17:15 - 18:15	
17:15					
17:30	Kurs 7 17:30 - 18:30	Kurs 15 17:30 - 18:30		Feldenkrais® / Ute Knolle Beginn: 20.09.2018	Kurs 40 17:30 - 18:30 Spiraldynamik® - Trainingsgruppe/ Anja Bußhaus-Lamers Beginn: 14.09.2018
17:45	Bauch - Beine - Po / Annegret Witke Beginn: 10.09.2018 fortlaufend	Rücken Fit / Wirbelsäulengymn. / Irmhild Sykora Beginn: 11.09.2018	Kurs 24 18:05 - 19:05		
18:00					
18:15					
18:30			Wirbelsäulengymnastik / Annegret Witke Beginn: 12.09.2018	Kurs 32 18:20 - 19:20	
18:45	Kurs 8 18:45 - 19:45	Kurs 16 18:45 - 19:45			Rücken Fit / Wirbelsäulengymn. / Irmhild Sykora Beginn: 13.09.2018
19:00	Rücken Fit / Wirbelsäulengymn. / Susanne Brenner Beginn: 10.09.2018	Feldenkrais / Ute Knolle Beginn: 18.09.2018	Kurs 25 19:15 - 20:15		
19:15					
19:30			Bauch - Beine - Po / Annegret Witke Beginn: 12.09.2018 fortlaufend	Kurs 33 19:15 - 20:15	
19:45					
20:00	Kurs 9 20:00 - 21:00	Kurs 17 20:00 - 21:00		Spiraldynamik® - Trainingsgruppe/ Anja Bußhaus-Lamers Beginn: 13.09.2018 in Raum 2	
20:15	Rücken Fit / Wirbelsäulengymn. / Susanne Brenner Beginn: 10.09.2018				Kurs 34 21:00 - 22:00
20:30					
20:45					
21:00					
21:15					

