

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
8:30–9:15 Raum 2 <b>Radfahren i. d. Gruppe</b> mit Johanna		8:30–9:15 Raum 1 <b>Aerobic</b> mit Johanna	8:30–9:15 Raum 1 <b>Wirbelsäulengymnastik ohne Bodenteil</b> mit Ingo	8:30–9:15 Raum 1 <b>Wirbelsäulengymnastik</b> mit Timo	<b>Alle Kurse mit Anmeldung</b>  über unsere eFit-App  oder online über <a href="https://termin.e-app.eu/gesundheitspark-neunkirchen">https://termin.e-app.eu/gesundheitspark-neunkirchen</a>  oder telefonisch 06821 – 919 662
8:30–9:25 Raum 1 <b>Wirbelsäulengymnastik ohne Bodenteil</b> mit Ingo	9:00–9:55 Raum 1 <b>Wirbelsäulengymnastik</b> mit Timo	9:30–10:25 Raum 1 <b>Wirbelsäulengymnastik</b> mit Johanna	9:30–10:15 Raum 1 <b>Rehasport Orthopädie ohne Bodenteil</b>	9:20–9:50 Raum 2 <b>Radfahren i. d. Gruppe</b> mit Johanna	
9:30–10:25 Raum 1 <b>Wirbelsäulengymnastik</b> mit Ingo	10:00–10:45 Raum 2 <b>Radfahren i. d. Gruppe</b> mit Timo	10:30–11:30 Raum 1 <b>Wirbelsäulengymnastik ohne Bodenteil</b> mit Tanja	10:30–11:30 Raum 1 <b>Yoga</b> mit Ingo	10:00–10:45 Raum 1 <b>Rehasport Neurologie</b>	
9:30–10:15 Raum 3 <b>Dr. Wolff Rückenzirkel</b> mit Johanna	11:00–11:45 Raum 1 <b>Rehasport Orthopädie</b>			11:00–11:45 Raum 1 <b>Rehasport Orthopädie</b>	
10:30–11:00 Raum 1 <b>Gleichgewicht &amp; Koordination</b> mit Pascale					
16:00–16:45 Raum 1 <b>Rehasport Diabetes</b>	16:30–17:15 Raum 1 <b>Rehasport Atemgymnastik</b>			14:30–15:15 Raum 1 <b>Wirbelsäulengymnastik Rehasport Ortho/ohne Boden</b>	
17:00–17:45 Raum 1 <b>Rehasport Orthopädie</b>	17:30–18:25 Raum 1 <b>Yoga</b> mit Ingo	17:00–17:45 Raum 1 <b>Rehasport Orthopädie</b>		15:30–16:15 Raum 1 <b>Rehasport Onkologie</b>	<b>Legende</b> Gesundheitskurse Körper & Geist Herz-Kreislauf-Kurse Fitnesskurse Rehasport-Kurse
18:00–18:45 Raum 1 <b>Body &amp; Mind</b> mit Johanna	18:30–19:15 Raum 1 <b>Wirbelsäulengymnastik</b> mit Ingo	18:00–18:45 Raum 1 <b>Pilates</b> mit Timo	17:45–18:30 Raum 1 <b>Step</b> mit Johanna	17:30–18:15 Raum 1 <b>Wirbelsäulengymnastik Rehasport Orthopädie</b>	
19:00–19:45 Raum 1 <b>Wirbelsäulengymnastik</b> mit Inola	19:30–20:30 Raum 1 <b>Zumba</b> mit Tanja	19:00–19:45 Raum 1 <b>Wirbelsäulengymnastik</b> mit Ingo	18:45–19:30 Raum 1 <b>Pump</b> mit Johanna		
	19:30–20:15 Raum 2/3 <b>Rehasport Zirkeltraining</b>				

## Öffnungszeiten

Mo, Mi: 8:00–21:00 \* Di: 8:00–13:00 & 15:00–21:00 \* Do, Fr: 8:00–20:00  
Sa: geschlossen \* So: 9:30–13:00 (keine Teststation)

Saunazeiten: s. Aushang

Gültig:  
27.09.–29.10.21

Stand: 20.09.21  
Änderungen vorbehalten.



Vogelstraße 4-8 66538 Neunkirchen  
T 06821 / 91 96 62 F 06821 / 91 96 61  
E info@gesundheitspark-neunkirchen.de  
I www.gesundheitspark-neunkirchen.de