

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
8:30–9:15 Raum 3 Radfahren i. d. Gruppe mit Timo		8:30–9:15 Raum 1 Rhythmisches Herz-Kreislauf-Training mit Tanja	8:30–9:15 Raum 1 Physio-Gymnastik ohne Bodenteil mit Ingo	8:30–9:15 Raum 1 Wirbelsäulengymnastik mit Jonas	Alle Kurse mit Anmeldung über unsere eFit-App oder online über https://termin.e-app.eu/gesundheitspark-neunkirchen oder telefonisch 06821 - 919 662
8:30–9:15 Raum 1 Wirbelsäulengymnastik ohne Boden mit Ingo	9:00–9:45 Raum 1 Wirbelsäulengymnastik mit Timo	9:30–10:15 Raum 1 Wirbelsäulengymnastik mit Timo	9:30–10:15 Raum 1 Schulter-Nackengymnastik mit Pascale	9:15–10:00 Raum 3 Radfahren i. d. Gruppe mit Timo	
9:30–10:15 Raum 1 Wirbelsäulengymnastik mit Ingo	10:00–10:45 Raum 1 Yoga mit Tanja	10:30–11:15 Raum 1 Schulter-Nacken trifft Mobilität mit Tanja	10:30–11:30 Raum 1 Yoga mit Ingo	10:15–11:00 Raum 1 Neurologie Gymnastik mit Timo	
9:30–10:15 Raum 3 Dr. Wolff Rückenzirkel mit Timo	11:00–11:45 Raum 1 Orthopädie Gymnastik mit Timo			11:00–11:45 Raum 1 Orthopädie Gymnastik mit Pascale	
10:30–11:00 Raum 1 Gleichgewicht & Koordination mit Timo					
16:00–16:45 Raum 1 Bewegung bei Diabetes Herz-Kreislauf-Training mit Tanja	16:30–17:15 Raum 1 Atemgymnastik mit Tanja			14:30–15:15 Raum 1 Wirbelsäulengymnastik ohne Boden mit Tanja	Legende Gesundheitskurse Körper & Geist Herz-Kreislauf-Kurse Rehasport-Kurse
17:00–17:45 Raum 1 Orthopädie Gymnastik mit Tanja	17:30–18:15 Raum 1 Yoga mit Ingo	17:00–17:45 Raum 1 Orthopädie Gymnastik mit Pascale	17:00–17:45 Raum 3 Dr. Wolff Rückenzirkel mit Jonas	15:30–16:15 Raum 1 Onkologie Gymnastik mit Tanja	
18:00–18:45 Raum 1 Faszientraining mit Tanja	18:30–19:15 Raum 1 Wirbelsäulengymnastik mit Ingo	18:00–18:45 Raum 1 Pilates mit Ingo	18:00–18:45 Raum 3 Dr. Wolff Rückenzirkel mit Jonas	17:30–18:15 Raum 1 Wirbelsäulengymnastik mit Pascale	
19:00–19:45 Raum 1 Wirbelsäulengymnastik mit Jonas	19:30–20:30 Raum 1 Zumba mit Tanja	19:00–19:45 Raum 1 Wirbelsäulengymnastik mit Ingo	19:00–19:45 Raum 1 Orthopädie Gymnastik mit Jonas	18:30–19:15 Raum 1 Yoga mit Tanja	

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

Saunazeiten s. Rückseite

Gültig: 1.–31.05.22

Stand: 28.04.22 Änderungen vorbehalten



Gesundheitspark
Neunkirchen

Vogelstr. 4–8
66538 Neunkirchen

T: 06821 - 919 662

E: info@gesundheitspark-neunkirchen.de

I: www.gesundheitspark-neunkirchen.de