

# Kursplan

11.12.2017 - 17.12.2017

**Olymp-Vital**  
 Kölner Str. 49  
 58509 Lüdenscheid  
 02351 28701  
 rueckenfitness@gmx.de



Montag 11.12.2017	Dienstag 12.12.2017	Mittwoch 13.12.2017	Donnerstag 14.12.2017	Freitag 15.12.2017	Samstag 16.12.2017	Sonntag 17.12.2017
<p><b>10:00 - 10:45</b> FASZIEN SPEZIAL *NE...</p> <p><b>15:30 - 16:15</b> RÜCKENWIND Rücken...</p> <p><b>17:45 - 18:15</b> Effective Gruppenfi...</p> <p><b>18:45 - 19:30</b> BAUCH PARTY SPEZI...</p>	<p><b>15:30 - 16:00</b> FASZIEN SPEZIAL *N...</p> <p><b>18:15 - 19:15</b> INDIAN BALANCE Aus...</p>	<p><b>10:00 - 10:45</b> RÜCKEN VITAL Sanfte</p> <p><b>15:30 - 16:00</b> Effective Gruppenfi...</p> <p><b>17:45 - 18:15</b> Effective Gruppenfi...</p> <p><b>18:15 - 18:45</b> RÜCKEN VITAL</p> <p><b>18:45 - 19:45</b> INDIAN BALANCE *FA...</p>	<p><b>15:30 - 16:15</b> FASZIEN SPEZIAL *NE...</p> <p><b>18:30 - 19:15</b> NACKEN RELAX Anti-</p> <p><b>19:30 - 20:00</b> FASZIEN SPEZIAL *NE...</p>	<p><b>10:00 - 10:45</b> RÜCKEN VITAL Sanfte</p> <p><b>15:30 - 16:30</b> CROSS FITNESS PT F</p> <p><b>18:15 - 19:15</b> INDIAN BALANCE Aus...</p>	<p><b>11:00 - 11:45</b> FASZIEN SPEZIAL *NE...</p>	

- Entspannung
- Faszien & Bewegl...
- Kräftigung
- Physio Fitness
- Rücken & Gesundh...

Stand: 15.12.2017