



Unsere Sport-/ und Präventionskurse (§20) im



Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
11	Schulter-Nacken-Training (§20)		RückenFitKurs (§20)	Standfest durch den Alltag (§20)	Standfest durch den Alltag (§20)	Gesundheitskurs
12						
16		Cardio-Fit (§20)				
17						
18		RückenFitKurs (§20) - Afterwork		RückenFitKurs (§20) - AfterWork		