



HIRSCHMANN

Health & Fitness

2021/22

PRÄVENTION
LUST auf
LEBEN

JETZT AUCH AM GERÄT

8 Kurseinheiten, Teilnahmegebühr 75,- €, bis zu 100% Übernahme durch die Krankenkasse möglich.
Begrenzte Teilnehmerzahl - jetzt anmelden. PLUSFIT 39,- € = 2 Monate Hirschmann Health & Fitness.

NEU: Jetzt auch als Prävention am Gerät möglich

Sprechen Sie uns an. Wir informieren gerne.



September 2021

Mo, 20.09. - 19.00 Uhr **YOGA**
Di, 21.09. - 18.00 Uhr **RÜCKEN**
Mi, 22.09. - 09.30 Uhr **RÜCKEN**
Do, 23.09. - 19.15 Uhr **FASZIEN**

November 2021

Mo, 22.11. - 19.00 Uhr **YOGA**
Di, 23.11. - 18.00 Uhr **RÜCKEN**
Mi, 24.11. - 09.30 Uhr **RÜCKEN**
Do, 25.11. - 19.15 Uhr **FASZIEN**

Januar/Februar 2022

Mo, 31.01. - 19.00 Uhr **YOGA**
Di, 01.02. - 18.00 Uhr **RÜCKEN**
Mi, 02.02. - 09.30 Uhr **RÜCKEN**
Do, 03.02. - 19.15 Uhr **FASZIEN**

März 2022

Mo, 28.03. - 19.00 Uhr **YOGA**
Di, 29.03. - 18.00 Uhr **RÜCKEN**
Mi, 30.03. - 09.30 Uhr **RÜCKEN**
Do, 31.03.- 19.15 Uhr **FASZIEN**

Mai 2022

Mo, 23.05. - 19.00 Uhr **YOGA**
Di, 24.05. - 18.00 Uhr **RÜCKEN**
Mi, 25.05. - 09.30 Uhr **RÜCKEN**
Do. 26.05. - 19.15 Uhr **FASZIEN**