

Telefon: 03695 / 62 13 94
 www.joymed.de
 Mail: info@joymed.de



JOY Öffnungszeiten

Montag - Freitag 09:00 - 22:00 Uhr
 Samstag 14:00 - 20:00 Uhr
 Sonntag 10:00 - 13:00 Uhr

Kursplan

Gültig ab 14.06.2021

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Sonntag
	09:10 - 10:00 Uhr Rehasport	09:10 - 10:00 Uhr Rehasport			
10:00 - 11:00 Uhr Frühstücksburner		10:00 - 11:00 Uhr Frühstücksburner			
				12:00 - 13:00 Uhr Rehasport	
15:00 - 15:50 Uhr Rehasport	15:00 - 15:50 Uhr Rehasport			15:00 - 16:00 Uhr Rehasport	
	16:30 - 17:30 Uhr Ballett I		16:00 - 17:00 Uhr Rehasport		
17:00 - 17:50 Uhr Rücken-Fit	17:00 - 18:00 Uhr FIVE	17:00 - 17:50 Rücken-Fit	18:00 - 19:00 Uhr Five	17:00 - 18:00 Uhr Jumping Kids	
18:00 - 19:00 Uhr Jumping	18:30 - 19:30 Uhr Athletik Fitness	18:00 - 19:00 Uhr BODYPUMP	18:00 - 19:00 Uhr Breakletics	18:00 - 19:00 Uhr BODYPUMP	18:15 - 19:15 Uhr Pilates
19:00 - 20:00 Uhr BODYPUMP	19:30 - 20:00 Uhr Bauch Intensiv	19:15 - 20:15 Uhr Spinning	19:15 - 20:15 Uhr Jumping	19:15 - 20:15 Uhr Zumba	19:30 - 20:30 Uhr Yoga

Legende:

- Rehasportkurse nur mit Reharezept
- Muskelkräftigung, Ausdauer, Power
- Tanz
- Kinder
- Rücken, Beweglichkeit, Entspannung

Ausreden bringen dich nicht weiter - Training schon!