



Telefon: 03683 602978  
 www.joymed.de  
 Mail: info@joymed.de

Öffnungszeiten  
 Montag-Freitag 08:00-22:00 Uhr  
 Samstag 09:00-18:00 Uhr  
 Sonntag 10:00-13:00 Uhr

Sauna  
 Montag - Freitag 10:00-21:45 Uhr  
 Samstag 14:00-19:45 Uhr

# Kursplan

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
		10:00 - 11:00 Uhr Rehasport	10:00 - 11:00 Uhr Lungensport	10:00 - 11:00 Uhr Rehasport	09:30 - 10:15 Uhr Ballett I
	11:00 - 12:00 Uhr Rehasport	11:00 - 12:00 Uhr Rehasport			10:15 - 11:15 Uhr Ballett II
					11:15 - 12:30 Uhr Ballett III
					12:30 - 14:00 Uhr Ballett IV
16:30 - 17:30 Rehasport		16:00 - 17:00 Uhr Rehasport	16:00 - 17:00 Uhr Rückenfit		
17:30 - 18:30 Uhr <b>BODYPUMP</b>	17:30 - 18:30 Zumba Gold		17:30 - 18:30 Uhr Herzsport	17:00 - 18:00 Uhr Kindertanz	
18:45 - 19:45 Uhr Zumba	18:30 - 19:30 Strong Nation	17:45 - 18:45 Uhr <b>BODYPUMP</b>	18:30 - 19:30 Uhr Herzsport	18:15 - 19:15 Uhr Rehasport	
18:45 - 20:00 Uhr Spinning	18:30 - 19:30 Uhr Power Athletik	18:00 - 19:00 Pilates	18:30 - 19:30 Uhr Power Athletik	18:00 - 19:00 Uhr Spinning	
20:00 - 21:00 Uhr Rehasport	19:30 - 20:30 Uhr Ballett & Jazz	19:00 - 20:00 Uhr Spinning	19:30 - 20:30 Uhr BootCamp		
	19:30 - 21:00 Uhr BJJ Crappling	19:00 - 20:00 Uhr Zumba			
		19:15 - 20:15 Uhr Yoga			
				<b>Legende:</b> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">Rehasportkurse nur mit Reharezept</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">Tanz</div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 5px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">Muskelkräftigung, Ausdauer, Power</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">Rücken, Beweglichkeit</div> </div>	

Ausreden bringen dich nicht weiter - Training schon!

Treffpunkt für alle Kurse: 5 min vor Beginn am  
 Tresen / Empfang  
 Kursplan gültig ab 14.06.2021