

Kursplan 2026

Stand: 06.01.2026

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08.00 Uhr		Reha 08:00 - 08:45 Uhr Mpe		Reha 08:00 - 08:45 Uhr Aju	
09:00 Uhr	Reha 09:00 - 09:45 Uhr Mpe	Reha 09:00 - 09:45 Uhr Mpe	Reha 09:00 - 09:45 Uhr Mpe	Reha 09:00 - 09:45 Uhr Aju	
10:00 Uhr	Reha 10:00 - 10:45 Uhr Mpe	Reha Hocker 10:00 - 10:45 Uhr Mpe	Reha 10:00 - 10:45 Uhr Mpe	PILATES Best Age 10:00 - 11:00 Uhr Ksa	
11:00 Uhr	Reha 11:00 - 11:45 Uhr Aju		RÜBI mit Kind 11:00 - 12:00 Uhr Kca	RÜBI mit Kind 11:15 - 12:15 Uhr Kca	
12:00 Uhr	Reha BB** 12:00 - 12:45 Uhr Aju	Reha Wasser* (Sep-Mai) 12:15 – 13:00 Uhr Mpe			
13:00 Uhr	Reha 13:00 - 13:45 Uhr Aju	Reha Wasser* (Sep-Mai) 13:00 - 13:45 Uhr Mpe			Reha 13:00 - 13:45 Uhr Mpe
14:00 Uhr			Reha Wasser* (Sep-Mai) 14:30 – 15:15 Uhr Mpe + Aju	Reha Wasser* (Sep-Mai) 14:30 – 15:15 Uhr Aju	Reha 14:00 - 14:45 Uhr Mpe
15:00 Uhr	Reha Hocker 15:00 - 15:45 Uhr Mpe		AquaFitness* 15:15 – 16:00 Uhr Mpe	Reha 15:00 - 15:45 Uhr Mpe	
16:00 Uhr	Reha 16:00 - 16:45 Uhr Mpe			AquaFitness* 15:15 – 16:00 Uhr Aju	
17:00 Uhr	ANTARA 17:00 - 18:00 Uhr Aju	YONGA 17:00 - 18:00 Uhr Ksa	Reha BB** 17:00 - 17:45 Uhr Aju	Reha 17:00 - 17:45 Uhr Mpe	PILATES 17.30 - 18:30 Uhr Mha
18:00 Uhr	SSP Zirkel (Präventionskurs) 17.30 - 18:30 Uhr Vru	BODYGRIP 18:15 - 19:15 Uhr Mha	YOGA 18:30 - 20:00 Uhr Nkr	TRX meets LANGHANTEL 18:30 - 19:30 Uhr Mha	BODYGRIP 18:45 - 19:45 Uhr Mha
19:00 Uhr	PILATES 19:00 - 20:00 Uhr Nkr	STRETCH & RELAX 19:20 - 19:50 Uhr Mha			

Reha-Kurse
Selbstzahler-Kurse

*die Kurse finden im Hallenbad Gensingen statt
**Reha-Kurs mit Schwerpunkt Beckenboden