

Reha-Sport-Kurse des TSV St. Magnus e.V. in Vegesack:

Mo	13.00 - 14.00	Rückenfit
Di	9.30 - 10.30	Rückenfit
Di	11.30 - 12.30	Rückenfit
Di	17.00 - 18.00	Rückenfit
Di	20.00 - 21.00	Rückenfit
Mi	8.30 - 9.30	Rückenfit
Mi	19.00 - 20.00	Rückenfit
Do	9.00 - 10.00	Rückenfit
Do	10.00 - 11.00	Rückenfit
Fr	9.00 - 10.00	Rückenfit
Fr	15.00 - 16.00	Rückenfit

Diese Kurse finden statt im Fitness Club ULC Club Sportiv (im 1. Stock des Freizeitbades Vegesack),
Tel. 0421/ 65 63 97

Reha-Sport-Kurse des TSV St. Magnus e.V. in Platjenwerbe:

Mo	9.15 - 10.00	Ganzkörper-Gymnastik
Di	18.15 – 19.00	Rückenfit
Di	19.00 - 19.45	Rückenfit-Zirkel
Mi	9.15 - 10.00	Ganzkörper-Gymnastik
Do	9.15 - 10.00	Ganzkörper-Gymnastik
Do	17.15 – 18.00	Ganzkörper-Gymnastik

Diese Kurse finden statt im Fitness Club ULC Sportsdome, Klemperhage14, 27721Platjenwerbe/Ihlpohl,
Tel. 0421/ 63 10 00

Reha-Sport-Kurse des TSV St. Magnus e.V. in Woltmershausen

Mo	17.15 - 18.00	Rückenfit
Di	16.15 - 17.00	Rückenfit
Mi	16.00 - 16.45	Knie & Hüfte
Mi	20.15 - 21.00	Rückenfit
Do	9.00 - 9.45	Rückenfit

Diese Kurse finden statt im Fitness Club ULC Sportwelt, Hermann-Ritter-Str. 100, 28197 HB-Woltmershausen, Tel. 0421/ 520 420

Reha-Sport-Kurse des TSV St. Magnus e.V. in Findorff:

Mo	11.30 – 12.15	Rückenfit
Mo	20.15 - 21.00	Rückenfit
Di	10.30 - 11.15	Rückenfit
Di	17.00 - 17.45	Ganzkörper-Gymnastik
Di	17.55 – 18.40	Ganzkörper-Gymnastik
Mi	13.00 – 13.45	Rückenfit
Mi	16.45 - 17.30	Rückenfit
Mi	20.15 - 21.00	Rückenfit
Do	11.00 - 11.45	Rückenfit
Do	16.00 - 16.45	Ganzkörper-Gymnastik
Fr	10.15 – 11.00	Rückenfit

**Diese Kurse finden statt im Fitness Club ULC Fitness Company City, Admiralstr. 54, 28215 HB-Findorff
Tel. 0421/ 69 69 98 80**