



## Kursplan KW 46

| Montag<br>10.11.2025                   | Dienstag<br>11.11.2025                           | Donnerstag<br>13.11.2025                             |
|--|--|--|
| <b>Bewegung im liegen</b><br>17:00 Uhr | <b>Stadt Land Fluss Spieletreff</b><br>17:30 Uhr | <b>Bewegungskurs im Therapiezentrum</b><br>16:00 Uhr |
| <b>Power Kurs (Zumba)</b><br>19:00 Uhr |  | <b>Bewegung &amp; Kräftigung</b><br>18:00 Uhr        |
|  |  | <b>Power Kurs (Tabata)</b><br>19:00 Uhr              |