

Ruby GYM Trainings- und Kursplan

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
	RückenReha mit Mareike 8 ⁰⁰ -8 ⁴⁵ Uhr	RehaYoga mit Marina 8 ⁰⁰ -8 ⁴⁵ Uhr	RehaFaszien mit Lina 8 ⁰⁰ -8 ⁴⁵ Uhr		
					RückenFIT mit Annalena 10 ⁰⁰ -10 ⁴⁵ Uhr
RückenFIT mit Nadja 11 ⁰⁰ -11 ⁴⁵ Uhr					
	RückenReha mit Marina 14 ⁰⁰ -14 ⁴⁵ Uhr		RückenReha mit Nadja 14 ⁰⁰ -14 ⁴⁵ Uhr		
				Rehasportgymnastik* mit Stephan 16 ⁰⁰ -16 ⁴⁵ Uhr	
Rehasportgymnastik* mit Sophie 17 ³⁰ -18 ¹⁵ Uhr	Bauch-Rücken-Zirkel mit Barbara 17 ³⁰ -17 ⁵⁵ Uhr	Rehasportgymnastik* mit Marcel 17 ³⁰ -18 ¹⁵ Uhr	Bauch-Power mit Nadja 17 ⁰⁰ -17 ³⁰ Uhr	Pilates mit Isabel 17 ⁰⁰ -17 ⁴⁵ Uhr	
	Stretch&Relax mit Barbara 18 ⁰⁰ -18 ⁴⁵ Uhr	Yoga* mit Janina 18 ³⁰ -19 ³⁰ Uhr			
Power-Zirkel mit Dani 18 ³⁰ -19 ⁰⁰ Uhr		RückenFIT mit Kristina 18 ³⁰ -19 ¹⁵ Uhr			
			Sanftes Yoga mit Marina 19 ³⁰ -20 ³⁰ Uhr		

**Alle Angebote
sind im November
ONLINE!**

Für den Zugang zu unseren Online-Kursen schick uns bitte eine E-Mail an info@rubygym.de

Gültigkeit ab: 13.11.2020 (Änderungen vorbehalten)

*Gemischte Gruppen von Gesund in Ehrenfeld e.V.