MEDI-SPORT-GYM Kursplan

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08:15 – 09:00 Core-Rückentraining mit Pia		**09:30 – 10:15** Aktives Gesundheitstraining mit den Smoveys mit Pia		**9:15 – 10:15** BBPo - Ganzkörperkräftigung mit Pia
10:15 – 11:00 Wirbelsäulengymnastik			**10:00 – 10:45** Wirbelsäulengymnastik (Kraft & Beweglichkeit)	*PRÄVENTIONSKURSE* *werden nach §20 als* *Gesundheitsprävention* *mit 80 – 100 % Zuzahlung* *gefördert durch* *die Krankenkassen*
		18:15 – 19:15 Hatha Yoga mit Marcel		
19:00 – 19:45 Body-Toning mit Sophia / Björn	**19:00 – 19:45** Wirbelsäulengymnastik			

- Änderungen vorbehalten -

Stand 11/2026

MEDI-SPORT-GYM
Gesundheit in Form

MEDI-SPORT-GYM
Kleine Industriestraße 2a
36251 Bad Hersfeld

www.medi-sport-gym.de
Tel. 06621/78424

Öffnungszeiten:
Mo – Fr 08:15 – 21:00 Uhr
Sa 10:00 – 17:00 Uhr
So geschlossen

PHYSIO PROFIL BAD HERSFELD
INTERSPORT SAUER
Sani Kompression Stefanie Kramer
Fahrrad RIEBOLD Fahrradhandlung Angelika Riebold
KRAH+ENDERS
Schwanen APOTHEKE
SANITÄTSHAUS & ORTHOPÄDIETECHNIK RADLOFF
prooptik
SEIT 1986 SALON KREIT HERRENFRISEUR
AKUSTIK SCHILLER