

dynamicsvital

reha | gesund | bewegt

Mehr als nur Training.

Kursplan im Überblick.

Reha & Gesundheitskurse von Montag bis Freitag

Schon ab

19,90 €
im Monat

Montag

- 09:30 – 10:15 Reha Orthopädie 
- 10:30 – 11:15 Reha Orthopädie 
- 13:00 – 13:45 **Core & Rücken Boost** 
- 18:30 – 19:15 **Swing & Sling (Kettlebell x TRX)** 

Dienstag

- 16:00 – 16:45 Reha Orthopädie 
- 17:00 – 17:45 **Mobility** 
- 18:00 – 18:45 Rehasport in Orthopädie 
- 19:00 – 19:45 **Sling'n Step (TRX x Step)** 

Mittwoch

- 09:00 – 09:45 Reha Orthopädie 
- 10:00 – 10:45 Reha Orthopädie 
- 16:00 – 16:45 Reha Orthopädie 
- 17:00 – 17:45 **Swing & Sling (Kettlebell x TRX)** 
- 18:00 – 19:00 **Cross Your Limits** 

Donnerstag

- 15:00 – 15:45 **Mobility** 
- 16:00 – 16:45 Reha Orthopädie 
- 17:00 – 17:45 Reha Orthopädie 

Freitag

- 08:30 – 09:15 Reha Orthopädie 
- 09:30 – 10:15 Reha Orthopädie 
- 10:30 – 11:15 Reha Orthopädie 
- 11:30 – 12:15 Rehasport in Orthopädie 
- 15:30 – 16:30 **(S)HIIT.storm** 



**Rehakurse
völlig kostenlos**
mit einer Verordnung.

-  Schmerzen lindern
-  Beweglichkeit verbessern
-  Kraft aufbauen
-  Stress reduzieren
-  Mehr Lebensqualität



Burglengenfeld



0176 / 62592828



dynamics-vital.de