

# Kursplan gültig ab 1. Januar 2023

Öffnungszeiten:  
von Montag bis Sonntag:  
**6 – 22 Uhr**



Mindestteilnehmerzahl: 4 Personen

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
Rehasport 9:00 – 9:45	Rehasport 9:00 – 9:45	Body Power 9:00 – 9:45	Rehasport 10:15 – 11:00	Bump It 9:00 – 9:45	Hot Iron 11:00 – 11:45
		Rehasport 10:00 – 10:45			Step 12:00 – 12:45
Rehasport im Wasser 13:45 – 14:30					
Aquajogging 14:30 – 15:15		Relax & Balance 16:45 – 17:45	Tai Chi 16:00 – 17:00	Rehasport 17:00 – 17:45	
Power Step 18:00 – 18:45	Rehasport 17:45 – 18:30	Hot Iron 18:00 – 18:45	Zumba Step 18:00 – 18:45	Power Pilates 18:00 – 18:45	
Indoor Cycling 19:00 – 20:00	Pilates 18:45 – 19:30	Indoor Cycling 19:00 – 20:00	Rehasport 19:00 – 19:45		
	Rehasport im Wasser 19:00 – 19:45				
	Aquajogging 19:45 – 20:30				

In Kooperation mit:



Weitere Infos unter  
[lavita-gesundheit.de](http://lavita-gesundheit.de)



LaVita Gesundheitszentrum

- Kraftkurse**
- Ausdauerkurse**
- Gesundheitskurse**
- Entspannungskurse**

# Wie viel kostet das?

**MITGLIEDSCHAFT**  
Reha Fit  
Schüler/Studenten  
Betriebssportgruppen

**25 € / MONAT**

1 Monat Laufzeit

**MITGLIEDSCHAFT**

**Komplett Tarif**

**35 € / MONAT**

1 Monat Laufzeit

**ALLE TARIFE BEINHALTEN:**

- Gerätetraining
- Kurse
- Wasser



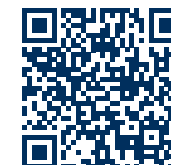
**LaVita**

In Kooperation mit:




La Vita Gesundheitszentrum  
Holzer Straße 11  
66287 Quierschied  
Inhaberin: Simone Monz  
Tel.: 06897 68696

Weitere Infos unter  
[lavita-gesundheit.de](http://lavita-gesundheit.de)



 LaVita Gesundheitszentrum



**Wir arbeiten auf hohem Niveau  
mit individuellem, ganzheitlichem  
und therapeutischem Ansatz!**