



ZITT Pöttmes
GmbH

Tel.: 08253 / 92 85 43
www.ZiTT-Poettmes.de

Zentrum für interdisziplinäre Therapie & Training

Kursangebote 2020

Gruppengymnastik:

Rehasport

Montag

14.30 – 15.30 Uhr

17.00 – 18.00 Uhr

Dienstag

8.00 – 9.00 Uhr

11.00 – 12.00 Uhr

Mittwoch

14.30 – 15.30 Uhr

17.30 – 18.30 Uhr

19.30 – 20.30 Uhr

Donnerstag

9.00 – 10.00 Uhr

Wirbelsäulen-Gymnastik

Donnerstag

8.00 – 9.00 Uhr

Autogenes Training

Termin auf Anfrage

Beckenboden-Gymnastik

Dienstag

18.00 – 19.00 Uhr

Gerätegestütztes Training:

T- Rena

Montag

16.00 – 17.00 Uhr

18.00 – 19.00 Uhr

19.00 – 20.00 Uhr

Dienstag

9.00 – 10.00 Uhr

10.00 – 11.00 Uhr

Mittwoch

12.00 – 13.00 Uhr

17.30 – 18.30 Uhr

18.30 – 19.30 Uhr

Donnerstag

9.00 – 10.00 Uhr

10.00 – 11.00 Uhr

Krankengymnastik am Gerät (KGG)

Montag

8.30 – 9.30 Uhr

17.00 – 18.00 Uhr

Dienstag

18.00 – 19.00 Uhr

19.00 – 20.00 Uhr

Mittwoch

8.30 – 9.30 Uhr

19.30 – 20.30 Uhr

Donnerstag

17.30 – 18.30 Uhr

18.30 – 19.30 Uhr

Freitag

8.30 – 9.30 Uhr

9.30 – 10.30 Uhr

Bei Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Seite!

Ihr ZiTT Pöttmes Team