



ZiTT Pöttmes
GmbH

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

Zentrum für interdisziplinäre Therapie & Training

Kurszeiten 2021

Gruppengymnastik:

Rehasport

Montag

14:30 – 15:15 Uhr
17:00 – 17:45 Uhr
10:00 – 10:45 Uhr

Dienstag

08:00 – 08:45 Uhr
11:00 – 11:45 Uhr

Mittwoch

15:00 – 15:45 Uhr
16:30 – 17:15 Uhr
19:30 – 20:15 Uhr

Donnerstag

08:00 – 08:45 Uhr

Freitag

09:00 – 09:45 Uhr
10:00 – 10:45 Uhr

Wirbelsäulen-Gymnastik

Donnerstag

08:00 – 09:00 Uhr

Beckenboden-Gymnastik

Dienstag

18:00 – 19:00 Uhr

Autogenes Training

(Kurs auf Anfrage)

Gerätegestütztes Training:

Krankengymnastik am Gerät (KGG)

Montag

08:30 – 09:30 Uhr
17:00 – 18:00 Uhr

Dienstag

18:00 – 19:00 Uhr
19:00 – 20:00 Uhr

Mittwoch

08:30 – 09:30 Uhr
19:30 – 20:30 Uhr

Donnerstag

12:00 – 13:00 Uhr
17:30 – 18:30 Uhr
18:30 – 19:30 Uhr

Freitag

09:00 – 10:00 Uhr
10:00 – 11:00 Uhr

Bei Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung!

Ihr ZiTT Pöttmes Team

Stand 01.05.2021