

Stand Mai 2025

KURSPLAN

Physio Zentrum Meschede

ALLE KURSE BUCHBAR ÜBER DIE APP

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Rehasport  09:00 - 09:45	Rehasport  09:00 - 09:45		Krabbeltreff 08:30- 9:30	Rehasport - Hocker GYM  09:00 - 09:45
Rehasport  10:00 - 10:45		Rehasport 11:00 - 11:45	Krabbeltreff 09:30- 10:30	
Mami Fit 11:00 - 12:00			Mami Fit 11:00 - 12:00	
	Windelflitzer 14:30 - 15:30	Windelflitzer 14:30 - 15:30	Rehasport  14:30 - 15:15	Stretch&Relax 13:00 - 13:45
		Beckenbodengym 15:00 - 15:45		
	Kids Fit 15:30 - 16:30	Kids Fit 15:30 - 16:30		
Rehasport  16:00 - 16:45	Rehasport Kids  16:30 - 17:15	Rehasport Kids  16:30 - 17:15	Rehasport  17:00 - 17:45	
Yoga  17:15 - 18:45 Herzzeit Meschede		Afterwork 18:00 - 19:00	Rehasport  18:00 - 18:45	
Yoga  19:00 - 20:00 Herzzeit Meschede	Rehasport  18:45- 19:30	"Fokus Du" Achtsamkeit 19:00 - 20:00	Yoga  19:00 - 20:30 Herzzeit Meschede	



Stand Mai 2025

KURSPLAN

Ihr Physiobad im Sauerland











ALLE KURSE BUCHBAR ÜBER DIE APP



ANDROID IOS

BEI UNS GEHT MEHR ALS BADEN

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
Wachmacher PZS 08:00 - 08:45	Aquafitness bei Lymph- und Lipödem 08:00 - 08:45			Freie Badezeit 08:00 - 09:00	
Aqua-Gym PZS 09:00 - 09:45	Aqua-Gym PZS  09:00 - 09:45	Aqua-Power PZS 09:00 - 09:45	Aqua-Gym PZS  09:00 - 09:45	Aqua-Gym PZS  09:00 - 09:45	Baby- /Kleinkindschwimmen B. HENGESBACH 09:00 - 10:00
Schlankmacher PZS 10:00 - 10:45	Aqua-Gym PZS 10:00 - 10:45	Aqua-Gym PZS  10:00 - 10:45	Aqua-Gym PZS 10:00 - 10:45	Aqua-Gym PZS  10:00 - 10:45	Baby- /Kleinkindschwimmen B. HENGESBACH 10:00 - 11:00
Freie Badezeit 11:00 - 11:45	Freie Badezeit 11:00 - 12:00	Aqua-Gym PZS  11:00 - 11:45	Freie Badezeit 11:00 - 12:00	Aqua-Gym PZS 11:00 - 11:45	Baby- /Kleinkindschwimmen B. HENGESBACH 11:00 - 12:00
Aqua-Gym PZS  11:45 - 12:30		Freie Badezeit 12:00 - 13:00		Freie Badezeit 12:00 - 13:00	
Baby- /Kleinkindschwimmen B. HENGESBACH 15:00 - 16:00	Seepferdchen PZS 15:00 - 15:45	Seepferdchen PZS 15:00 - 15:45 16:00 - 16:45	Wassergewöhnung 16:00 - 17:00	Seepferdchen B. HENGESBACH 15:00 - 15:45	
Baby- /Kleinkindschwimmen B. HENGESBACH 16:00 - 17:00	Seepferdchen PZS 16:00 - 16:45	Seeräuber PZS 17:00 - 17:45	Freie Trainingszeit ELTERN+KIND 17:00 - 18:00	Seepferdchen B. HENGESBACH 16:00 - 16:45	
Baby- /Kleinkindschwimmen B. HENGESBACH 17:00 - 18:00	Seeräuber PZS 17:00 - 17:45	Aqua-Gym PZS  17:45 - 18:30	Aqua-Gym PZS 18:00 - 18:45	Seepferdchen B. HENGESBACH 17:00 - 17:45	
Aqua-Gym PZS 18:30 - 19:15		Aqua-Fit für Schwangere 18:30 - 19:15	Aqua-Gym PZS 19:00 - 19:45		
Aqua-Gym PZS 19:30 - 20:15		Aqua-Gym PZS 19:30 - 20:15			



ONLINE ANMELDUNG: PZS KINDER SCHWIMMKURSE