

Kursplan

04.05.2026 - 10.05.2026

Vitawell
 Carl-Zeiß-Str. 3
 38644 Goslar
 05321 689999
 info@vitawell-goslar.de



Montag 04.05.2026	Dienstag 05.05.2026	Mittwoch 06.05.2026	Donnerstag 07.05.2026	Freitag 08.05.2026	Samstag 09.05.2026	Sonntag 10.05.2026
<p>09:30 - 10:15 Rehakurs Reha-Sport Übungsleiter/in</p> <p>10:30 - 11:30 Fitness Mix Therese</p> <p>15:15 - 16:00 Lungensport Reha-Sport Übungsleiter/in</p> <p>16:00 - 17:00 Yoga Andrea</p> <p>17:00 - 17:45 Rehakurs Reha-Sport Übungsleiter/in</p> <p>18:00 - 19:00 HOT IRON® Hotte</p> <p>19:00 - 20:00 Fatburner Intervall... Sabine</p> <p>20:00 - 20:45 Rehakurs Reha-Sport Übungsleiter/in</p>	<p>10:15 - 11:15 QiGong Andrea</p> <p>11:15 - 12:15 Yoga Andrea</p> <p>12:15 - 13:00 Rehakurs Reha-Sport Übungsleiter/in</p> <p>18:00 - 19:00 Wirbelsäulengymnast... Gritt</p> <p>19:00 - 20:15 Indoorcycling Melanie</p> <p>19:00 - 20:00 Body Workout Gritt</p> <p>20:00 - 20:45 Rehakurs Reha-Sport Übungsleiter/in</p>	<p>09:00 - 10:00 Body Workout Andrea</p> <p>10:00 - 11:00 Pilates Andrea</p> <p>10:00 - 10:45 Rehakurs Reha-Sport Übungsleiter/in</p> <p>11:00 - 11:45 Lungensport Reha-Sport Übungsleiter/in</p> <p>12:00 - 12:45 Rehakurs Reha-Sport Übungsleiter/in</p> <p>17:15 - 18:00 Rehakurs Reha-Sport Übungsleiter/in</p> <p>18:00 - 19:00 Laufftreff Bianca</p> <p>18:15 - 19:15 Rücken-intensiv Steffen</p> <p>18:15 - 19:15 Zumba® Desiderius</p> <p>19:00 - 20:00 Functional Training... Hotte</p> <p>19:15 - 20:15 Power Yoga Steffen</p>	<p>09:30 - 10:15 Rehakurs Reha-Sport Übungsleiter/in</p> <p>10:30 - 11:30 Fitness Mix Therese</p> <p>12:00 - 13:00 Nordic Walking Therese</p> <p>15:45 - 16:45 Yoga - Einsteiger Sylvia</p> <p>17:00 - 18:00 Yoga - Fortgeschrit... Sylvia</p> <p>18:00 - 19:00 DEEPWORK® Hotte</p> <p>19:00 - 20:00 Step Aerobic Gritt</p> <p>19:00 - 19:45 Rehakurs Reha-Sport Übungsleiter/in</p>	<p>09:00 - 10:00 Rücken Fit Andrea</p> <p>10:00 - 11:00 Body Workout Andrea</p> <p>11:00 - 11:45 Lungensport Reha-Sport Übungsleiter/in</p> <p>17:00 - 18:00 POUND® Rockout Work... Christiane</p> <p>18:00 - 19:00 HOT IRON® Hotte</p> <p>20:00 - 20:45 Rehakurs Reha-Sport Übungsleiter/in</p>		<p>10:10 - 11:10 Zumba® Desiderius</p>

- (PP) Prävent Plu...
- Ausdauer
- Body & Mind
- Entspannung
- Figur
- Fun & Dance
- Gesundheit
- Kraft
- Rehasport

Stand: 08.05.2026