

## Gesundheit und Trainingserfolge in angenehmer Atmosphäre

Der Physioaktiv Sportsclub bietet Ihnen auf 1.000 m<sup>2</sup> die besten Voraussetzungen für gesunde Aktivitäten mit erfahrenen Trainern, professioneller Physiotherapie und innovativen Trainingsgeräten.

Dank dieser Kombination erhalten Sie eine äußerst individuelle und zielführende Trainings- und Therapieunterstützung, um Ihre Wünsche bestmöglich umzusetzen.

### Mitgliedschaften:

24 Monate: 39,90 €/Monat  
12 Monate: 49,90 €/Monat  
3 Monate: 59,90 €/Monat  
10er Karte: 109,- €  
Schülertarif: 25,- €/ Monat

So finden Sie uns:



### Unsere Öffnungszeiten:

Mo/Fr:	8:30 - 21:00 Uhr
Di/Do:	7:30 - 21:00 Uhr
Mi:	8:30 - 21:30 Uhr
Sa:	8:30 - 18:00 Uhr
So:	8:30 - 13:00 Uhr

**PHYIOAKTIV**  
Sportsclub

Lübecker Straße 73  
23611 Bad Schwartau

0451 / 8819883  
info@physioaktiv-sportsclub.de  
www.physioaktiv-sportsclub.de

**PHYIOAKTIV**  
Sportsclub



# Kursplan

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
<b>8:45</b>				Zirkel (60 Min.)	Yoga (60 Min.)	
<b>9:00</b>	Zirkel (60 Min.)	BBP (45 Min.)	Zirkel (60 Min.)	Reha-Sport (45 Min.)	Zirkel (60 Min.)	
<b>9:30</b>				Fitness Mix (45 Min.)		
<b>10:00</b>	Faszientraining (30 Min.)	BBP (45 Min.)	Zirkel (60 Min.)	Zirkel (60 Min.)	Yoga (60 Min.)	Zirkel (60 Min.)
<b>10:30</b>	Zirkel (60 Min.)			Osteoporose (30 Min.)		
<b>11:15</b>		Reha-Sport (45 Min.)	Reha-Sport (45 Min.)	Reha-Sport (45 Min.)	Reha-Sport (45 Min.)	
<b>11:30</b>	Reha-Sport (45 Min.)					
<b>15:00</b>		Reha-Sport (45 Min.)	Reha-Sport (45 Min.)			
<b>16:00</b>	Reha-Sport (45 Min.)	Reha-Sport (45 Min.)	Reha-Sport (45 Min.)	Reha-Sport (45 Min.)	Reha-Sport (45 Min.)	
<b>17:00</b>	Wirbelsäulen- gymnastik (60 Min.)		Bauch-Beine-Po (45 Min.)		Faszienpilates (60 Min.)	
<b>17:30</b>				Hatha-Yoga „Zoom“ (60 Min.)		
<b>17:45</b>		Fitness Mix (45 Min.)		Zirkel (60 Min.)		
<b>18:00</b>			Yoga (90 Min.)	Hot Iron (60 Min.)		
<b>18:15</b>	Yin Yoga (60 Min.)					
<b>18:45</b>		Hot Iron (60 Min.)				
<b>19:00</b>						

● Reha-Sport nur mit Verordnung vom Arzt

● Externe Kurse