

CampusVital Sportangebot

Sports Offer - Weekly Overview

Januar 2023

| Montag / Monday | Dienstag / Tuesday | Mittwoch / Wednesday | Donnerstag / Thursday | Freitag / Friday |
|--|--|--|--|--------------------------------------|
| | | 07:00 - 07:30 RückenfitXpress (online) | | |
| | 07:45 - 08:45 Yoga für die Faszien Raum 008 / B55 | | | |
| | | | 09:00 - 09:30 RückenfitXpress (online) | |
| | 11:30 - 12:00 Fußgymnastik Raum 008 / B55 | | | |
| 11:45 - 12:15 Beckenbodentraining Raum 008 / B55 | 12:15 - 12:45 Bewegte Pause Raum 008 / B55 | 11:45 - 12:15 Beckenbodentraining (online) | | |
| | | | 12:30 - 13:00 GesundeMitteXpress Fitnessstudio / D79 | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | 17:00 - 18:00 Pilates (online) |
| | 18:00 - 19:00 Rückenfit (online) | | 18:00 - 19:00 HIIT (online) | |
| 18:30 - 19:30 HIIT (online) | | | | |

Kursanmeldung nur online unter / Online registration required at: <https://kurse.campusvital.de>

Sprechzeiten: Mi 16-18 Uhr & Fr 8-10 Uhr / Consultation hours: Wed 4-6 p.m. & Fri 8-10 a.m.

Kontakt / contact: 030 / 94 89 33 45, an@campusvital.de, www.campusvital.de

