



MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
09:30 - 10:30 STEP-WORK-OUT	09:15 - 10:00 REHA SPORT *	09:00 - 10:00 RÜCKENFIT	09:15 - 10:00 REHA SPORT *	09:30 - 10:30 BODYSTYLING	10:30 - 11:30 RÜCKENFIT	10:30 - 11:30 PILATES
10:30 - 11:30 BODYSTYLING	10:00 - 10:45 REHA-HOCKER *	10:00 - 11:00 BODYSTYLING	10:00 - 10:45 REHA SPORT *	10:30 - 11:30 YOGILATES	11:30 - 12:30 IRONFIT	11:30 - 12:00 BAUCH SPEZIAL
11:30 - 12:30 PILATES			NEU 11:00 - 12:15 YOGA	11:30 - 12:15 REHA SPORT *	12:30 - 13:15 REHA SPORT *	12:00 - 13:00 IRONFIT
			12:00 - 12:30 Dr. WOLFF® Sports & Prevention			13:00 - 14:15 YOGA
16:15 - 17:00 REHA SPORT *	14:30 - 15:00 Dr. WOLFF® Sports & Prevention	14:30 - 15:00 Dr. WOLFF® Sports & Prevention	16:15 - 17:00 REHA SPORT *	14:30 - 15:00 Dr. WOLFF® Sports & Prevention		
17:00 - 17:30 BAUCH SPEZIAL	17:00 - 18:00 RÜCKENFIT	17:00 - 18:00 BODYSTYLING	17:00 - 17:30 BAUCH SPEZIAL			
17:30 - 18:30 IRONFIT	18:00 - 19:00 YOGA	18:00 - 18:30 BAUCH SPEZIAL	17:30 - 18:30 POWER ZIRKEL	17:30 - 18:30 PILATES & STRETCH		
18:30 - 19:30 POWER ZIRKEL	19:00 - 19:30 BAUCH SPEZIAL	18:30 - 19:30 RÜCKENFIT	18:30 - 19:30 RÜCKENFIT	18:30 - 19:30 BAUCH-BEINE-PO		
19:30 - 20:00 FASZIEN TRAINING	19:30 - 20:30 BOOTCAMP	19:30 - 20:15 REHA SPORT *		NEU 19:30 - 20:30 ZUMBA		
20:00 - 21:00 ZUMBA						

ÖFFNUNGSZEITEN:

Mo, Mi, Fr 8:00 - 22:00
Di & Do 9:00 - 22:00
Sa & So 10:00 - 16:00
Feiertags geschlossen

Thie 1 | 30539 Hannover
Telefon: 0511.80 60 93 93

Die Kurse finden ab 4 Teilnehmern statt.
Nach Kursbeginn ist kein Einlass mehr.



Stand: 04.2018

Änderungen vorbehalten

* Bewegung Leben e.V. nur mit ärztlicher Verordnung/geschlossener Kurs



Wülferode

Liethfeld


Sports

HEYERS
FITNESS & GESUNDHEIT

● 2. Etage

Gesundheitszentrum
Kronsberg

 Linie 330

Linie 6 

REWE


Kattenbrookstrif

Messeschnellweg /
Laaen

Bemerode / Kirchrode / Mittelfeld

SO ERREICHEN SIE UNS:

Mit den öffentlichen Verkehrsmitteln:
Buslinie 330 / Bahnlinie 6
Haltestelle Kronsberg

Mit dem PKW:
Thie 1 | 30539 Hannover
im Gesundheitszentrum Kronsberg

Kostenloses Parken in der Tiefgarage



Telefon: 0511.80 60 93 93
www.heyers-sports.de

Sports
HEYERS
FITNESS & GESUNDHEIT