



KARL MAYER Gesundheitszentrum

Öffnungszeiten

Mo - So	06.00-22.00 Uhr
---------	-----------------

Trainerzeiten

Mittwoch	15.00-18.00 Uhr
Donnerstag	08.00-19.00 Uhr

Kursangebot ab August 2026

Wochentag	Uhrzeit	Kurs	Kursleiterin
Dienstag	16.30 – 17.30 Uhr	Yoga	Sabina Rahmani
Mittwoch	15.15 – 16.00 Uhr	Reha-Sport	Sophie Michels
Mittwoch	16.15 – 17.00 Uhr	Funktionsgymnastik	Sophie Michels
Mittwoch	17.15 – 18.00 Uhr	Funktionsgymnastik	Sophie Michels
Donnerstag	09.00 – 09.45 Uhr	Reha-Sport	Sophie Michels
Donnerstag	10.00 – 10.45 Uhr	Reha-Sport	Sophie Michels
Donnerstag	14.15 – 15.00 Uhr	Reha-Sport	Sophie Michels
Donnerstag	17.00 – 18.00 Uhr	FUNctional FITness	Daniele Breuer
Freitag	13.30 – 14.15 Uhr	Rückenfit	Daniele Breuer

Die Kursgebühr beträgt für **12 Kurseinheiten 20 EUR** (15 € bei 45 min Kursdauer). Ein Einstieg in die Kurse ist jederzeit möglich. Eine Schnupperstunde kann jederzeit vereinbart werden.

Ansprechpartner:

Gesundheitszentrum, Tel. 06104/402-2280, WhatsApp/SMS: 0160/2603629;

Mail: gesundheitszentrum@karlmayer-bkk.de

Daniele Engel, Tel. 06104/402-1434, Mail: daniele.engel@karlmayer-bkk.de

Daniel Peter, Tel. 06104/402-230, Mail: daniel.peter@karlmayer-bkk.de

