

UNSERE KURSWELT

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
ZUMBA FITNESS 09:00 - 10:30					TAE BO 10:00 - 11:00	
BALANCE 10:30 - 11:30			LANGHANTEL WORKOUT 10:15 - 11:00	WIRBELSÄULEN GYMNASTIK 10:00 - 11:00	EUROPEAN MUSCLE POWER 11:00 - 12:00	LANGHANTEL WORKOUT 11:00 - 12:00
			FATBURNER BASIC STEP 11:00 - 11:30	STRETCH & RELAX 11:00 - 11:45	EUROPEAN AEROBIC 12:00 - 13:00	EUROPEAN STEP 12:00 - 13:00
			ZUMBA FITNESS 11:30 - 12:15			
BODYSTYLING 17:30 - 18:30	BODYSTYLING 17:15 - 18:00	CYCLING* 17:30 - 18:30		ZUMBA TONING* 17:00 - 18:00		
	STEP BASIC 18:00 - 18:45	BAUCH X-TREME 18:30 - 19:00	BODYWORKOUT 17:45 - 18:45	ZUMBA FITNESS 18:00 - 19:00		
ZUMBA FITNESS 18:30 - 19:30	LANGHANTEL WORKOUT 19:00 - 20:00	EUROPEAN STEP 19:00 - 20:00	CYCLING* 18:45 - 20:15	LANGHANTEL WORKOUT 19:15 - 20:15		
TAE BO 19:30 - 21:00	ZUMBA FITNESS 20:00 - 21:00		JUMPING* 20:15 - 21:15	4STREATZ 20:15 - 21:15		

*Diese Kurse sind zu reservieren auf: booking.redfitness.de | **Teilnahme nur mit einer Verordnung 56