

UNSERE KURSWELT

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
			REHA-SPORT** 9:00 - 9:45		AMERICAN FITNESS WORKOUT 10:00 - 11:00	ZUMBA® FITNESS 11:00 - 12:00
			REHA-SPORT** 10:00 - 10:45	REHA-SPORT** 15:00 - 15:45		
REHA-SPORT** 16:00 - 16:45	REHA-SPORT** 16:30 - 17:15		REHA-SPORT** 11:00 - 11:45	REHA-SPORT** 16:00 - 16:45		
REHA-SPORT** 16:45 - 17:30	REHA-SPORT** 17:15 - 18:00	ZIRKELTRAINING 16:30 - 18:00	JUMPING* 17:00 - 18:00	HIT 17:30 - 18:00		
FITNESS BOXING 18:00 - 19:30	HIT 18:00 - 18:30	ZUMBA® FITNESS 18:00 - 19:00	BAUCH & RÜCKEN FIT 18:00 - 18:30	BODYSTYLING 18:00 - 19:00		
LANGHANTEL WORKOUT 19:30 - 20:30	JUMPING* 18:30 - 19:30	FITNESS BOXING 19:00 - 20:30	BOXING (ONLY FOR WOMEN) 18:30 - 20:00			
	BALANCE 19:30 - 20:30					

*Diese Kurse sind zu reservieren auf: booking.redfitness.de | **Teilnahme nur mit einer Verordnung 56 | ***Der Kurs findet auf der Trainingsfläche statt