

# 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	YOGA 11:00 - 12:00	
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		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	ZIRKELTRAINING 18:30 - 19:30			
			BOXING (ONLY FOR WOMEN) 19:30 - 20:30			

\*Diese Kurse sind zu reservieren auf: [booking.redfitness.de](https://booking.redfitness.de) | \*\*Teilnahme nur mit einer Verordnung 56 | \*\*\*Der Kurs findet auf der Trainingsfläche statt