

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
RÜCKENFIT 09:15 - 10:00	REHA PREMIUM 08:15 - 09:00	REHA PREMIUM 08:15 - 09:00				KURSSPECIAL* 10:00 - 10:55
		REHA PREMIUM 09:15 - 10:00			FETTVERBRENNER 11:30 - 12:25	KURSSPECIAL* 11:00 - 11:25
REHA CLASSIC 16:00 - 16:45	REHA PREMIUM 16:00 - 16:45		ZUMBA KIDS 16:00 - 16:55	REHA PREMIUM 16:00 - 16:45	*KURSSPECIALS AM SONNTAG: 1. INDOOR CYCLING 2. HIIT-ZIRKEL & STRETCH & MOBILITY 3. - 4. JUMPING FITNESS	
EASY BODYWORKOUT 17:00 - 17:55	REHA PREMIUM 17:00 - 17:45		LANGHANTEL 17:00 - 17:55	INDOOR CYCLING 17:00 - 17:45		
LANGHANTEL/TABATA 18:00 - 18:55	INDOOR CYCLING 18:00 - 18:55	BODYWORKOUT 18:00 - 18:55	CORE WORKOUT 18:00 - 18:25	JUMPING FITNESS 18:00 - 18:55		
ZUMBA 19:00 - 19:55	STRETCH & MOBILITY 19:00 - 19:55	STRETCH & RELAX 19:00 - 19:55	FITNESSBOXEN/ DANCE AEROBIC 18:30 - 19:25			
JUMPING FITNESS/ HULA HOOP 20:00 - 20:55	CARDIO STEP 20:00 - 20:45				MONTAG 18 UHR: wöchentlicher Wechsel der Kurse LANGHANTEL und TABATA	
					MONTAG 20 UHR: wöchentlicher Wechsel der Kurse JUMPING FITNESS und HULA HOOP	
					DONNERSTAG 18:30 UHR: wöchentlicher Wechsel der Kurse FITNESSBOXEN UND DANCE AEROBIC	



ÖFFNUNGSZEITEN

MO-FR: 08:00 - 22:00 Uhr
SA-SO: 09:00 - 16:00 Uhr

www.fitnesspunkt-kerken.de

Von Galen Str. 6
47647 Kerken

02833-5721126

info@fitnesspunkt-kerken.de

Die ANMELDUNG für die Kurse erfolgt
ONLINE über die MYSports App!

Bei Fragen oder Anregungen melde dich
gerne bei uns im Studio oder gib
deiner/m Trainer:in ein Feedback!