

# Fitnesskursplan

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9:00 - 10:00 (1) Bodystyling		9:00 - 10:00 (1) Jumping Fitness	9:00 - 10:00 (1) Bodystyling		11:00 - 12:30 Cycling	11:00 - 12:00 (1) GM, Sunday
10:10 - 11:10 Cycling Fun	9:00 - 10:00 (1) Bodystyling		10:10 - 11:10 Cycling Fun		nur an ausgewählten Terminen	
11:00 - 12:00 Fit bis ins Alter				16:00 - 17:00 (1) TRX		
	17:20 - 18:20 (1) TRX	18:00 - 19:00 (O) Fasyo	18:00-19:00 (1) Pilates			
18:00 - 19:00 Cycling	18:30 - 19:30 (1) Power Mix	19:05 - 19:50 Cycle well	18:30 - 19:30 Cycling	18:30 - 19:30 (1) Jumping Fitness		
18:30 - 19:30 (1) Move & Stretch						



Reha - Train GmbH & Co.KG  
 Marktplatz 1  
 97828 Marktheidenfeld  
 Tel.: 09391/609900

www.reha-train.de  
 Social Media: @rehatrainhock

- = max. 10 Teilnehmer
- = max. 12 Teilnehmer
- = max. 15 Teilnehmer

An allen Kursen kann nur bei **vorheriger Anmeldung** teilgenommen werden!

Die Anmeldung erfolgt über ein Online-Anmeldeportal. Zugang zu diesem Portal erhalten Sie über unsere Homepage [www.reha-train.de](http://www.reha-train.de). Eine telefonische Anmeldung ist ebenfalls möglich. Vorerst kann nur 1 Kurs pro Tag besucht werden.