

# Rödental

Öffnungszeiten: Mo. Mi. Fr.: 06:00 - 24:00 Di. Do.: 08:00 - 22:00  
Sa.: 09:00 - 21:00 So.: 09:00 - 19:00

MO

DI

MI

DO

FR

SA

SO

8:00 (45)  
Reha Sport  
Marion

8:45 (45)  
Reha Sport  
Marion

**Gehe an  
dein Limit**

17:00 (60)  
HIT  
Gisela

18:10 (60)  
Step Workout  
Astrid

19:15 (45)  
Reha Sport  
Marina

20:10 (90)  
Pole Sport  
Fanlin / Marie  
max.10 Teilnehmer  
nur mit Anmeldung

**Go hard or  
go home**

15:30 (45)  
Reha Sport  
Gisela

16:30 (60)  
Pump  
Gisela

17:35 (45)  
Power Mix  
Kati/ Nadine

18:30 (60)  
Yoga  
Astrid/ Caro

19:40 (90)  
Pole Sport  
Fanlin / Marie  
max. 10 Teilnehmer  
nur mit Anmeldung

9:30 (75)  
Yoga  
Astrid

16:00 (45)  
Reha Sport  
Gisela

**Power**

16:45 (30)  
Hula Hoop  
Lucy

17:20 (60)  
Jumping  
Lucy

18:30 (60)  
Deep Yoga  
Astrid

19:40 (45)  
Reha Sport  
Udo

9:00 (60)  
Body Workout  
Astrid

**Ausreden  
verbrennen  
keine  
Kalorien**

16:00 (60)  
Jumping Kids  
5-11 jährige  
Marina

17:20 (60)  
Pump  
Carolin

18:25 (60)  
Pilates  
Carolin

19:30 (45)  
Reha Sport  
Marina

8:00 (45)  
Reha Sport Ortho  
Marion

8:45 (45)  
Reha Sport Ortho  
Marion

9:30 (45)  
Reha Sport Lunge

10:20 (60)  
Energie Dance &  
Pilates  
Gisela

17:00 (60)  
Zumba  
Diana

18:15 (45)  
Piloxing  
Marina

**Workout  
time**

**Tue es  
für dich  
selbst**

9:00 (45)  
Bauch Beine Po  
Marina

17:00 (90)  
Pole Sport  
Freies Training  
(für Geübte/ohne  
Trainer)

18:30 (90)  
Pole Sport  
Freies Training  
(für Geübte/ohne  
Trainer)

**If it hurts  
it works**

9:00 (45)  
Jumping Kids  
5-11 jährige  
Marina

10:00 (60)  
Jumping  
Tonia

17:00 (90)  
Pole Sport  
Freies Training  
(für Geübte/  
ohne Trainer)

Tel.: 09563/ 752550

[www.sportshouse.gmbh](http://www.sportshouse.gmbh)

Brückenstraße 6, 96472 Rödental