

GRUPPENKURSE



SPASS

FREUDE

EMOTIONEN

HERZLICHKEIT

SPORTWELT
ROSBACH ★★★★★
VITALITÄT FÜR'S LEBEN

MONTAG

09.00 - 09.50 Uhr

Cycling

10.00 - 10.20 Uhr

HIIT

10.30 - 11.00 Uhr

Workshop Faszientraining

18.00 - 18.30 Uhr

Workshop Beweglichkeit

18.30 - 18.50 Uhr

HIIT

19.00 - 19.50 Uhr

Zumba

19.00 - 19.50 Uhr

Cycling

20.00 - 21.00 Uhr

Bodypump

DIENSTAG

10.00 - 11.00 Uhr

Bodybalance

17.00 - 17.50 Uhr

Vitaler Rücken

17.30 - 18.00 Uhr

Workshop Faszientraining

18.00 - 18.50 Uhr

Step & Style

18.00 - 19.00 Uhr

Bodypump

19.00 - 19.50 Uhr

Fit Box

19.10 - 20.10 Uhr

Yoga

MITTWOCH

08.30 - 09.00 Uhr

Workshop eGym

09.00 - 09.50 Uhr

Vitaler Rücken

09.00 - 09.50 Uhr

Explosive Workout

10.00 - 10.50 Uhr

Bodystyling

11.00 - 12.00 Uhr

Yoga

17.30 - 17.50 Uhr

Bauchkiller

18.00 - 18.50 Uhr

Cycling

18.30 - 19.00 Uhr

Workshop Vibrationstraining

19.00 - 19.50 Uhr

Tactical Strength

19.00 - 20.00 Uhr

Bodybalance

DONNERSTAG

09.00 - 09.30 Uhr

Workshop Vibrationstraining

09.00 - 09.50 Uhr

Pilates

18.00 - 18.30 Uhr

Workshop eGym

18.00 - 18:50 Uhr

Vitaler Rücken

18.30 - 18.50 Uhr

Bauchkiller

19.00 - 19.50 Uhr

Body Art

19.00 - 20.00 Uhr

Bodypump

FREITAG

09.00 - 09.50 Uhr	Vitaler Rücken
09.00 - 09.50 Uhr	Funktionelles Krafttraining
10.00 - 10.20 Uhr	HIIT
10.00 - 11.00 Uhr	Bodybalance
11.00 - 11.30 Uhr	Workshop Beweglichkeit

SAMSTAG

19.00 - 20.00 Uhr	Bodybalance
09.00 - 09.50 Uhr	Cycling

SONNTAG

10.00 - 10.50 Uhr	Cycling
10.00 - 10.50 Uhr	Step & Style
11.00 - 12.00 Uhr	Bodybalance

 FITNESSGARTEN, GYM 1

 TERRASSE, GYM 2

 TRAININGSFLÄCHE

 PT-ROOM, FUNCTIONAL BOX



Mo, Mi, Fr	07.00 - 21.30 Uhr
Di, Do	08.30 - 21.30 Uhr
Sa, So	08.30 - 18.00 Uhr

Kursbeschreibungen und mehr Infos:
www.sportwelttrosbach.de/kurswelt
 Reservierung in der Sportwelt-App,
 telefonisch oder am Clubterminal vor Ort.

SPORTWELT-MITGLIEDER PROFITIEREN BEI FOLGENDEN PARTNERN



Sportwelt Rosbach | Jahnstr. 33 | 61191 Rosbach
mail@sportweltrosbach.de | Tel. 06003-7282

WWW.SPORTWELTROSACH.DE