

Turnverein Rhede 1925 e.V.

Turnen - Handball - Gewichtheben
 Rhythmische Sportgymnastik - Volleyball
 Badminton - Tennis - Radsport
 Präventions- und Rehabilitationssport

**Fitness Halle
 Am Sportzentrum 6
 46414 Rhede**



Kontaktdaten/Ansprechpartner
kurse@tv-rhede.de
 02872-94 85 936 (AB)
 0 151-27 52 74 71 (AB)
www.tv-rhede.de/kursangebot



Unser Kursangebot 2022

... schnuppern und Einstieg jederzeit möglich

... verbindliche Anmeldung und alle Kursinformationen gerne per eMail oder telefonisch

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
<p>9:00 Uhr Reha-Sport Kursnr. 22-001-RSP</p> <p>10:00 Uhr Funktionell Faszien Fitness Kursnr. 22-4-029-FF1</p> 	<p>9:00 Uhr PowerBodyWorkout Kursnr. 22-4-004-PBW</p> <p>10:15 Uhr Funktionell Faszien Fitness Kursnr. 22-4-029-FF2</p> 	<p>fitdankbaby Maxi 9:00 Uhr www.fitdankbaby.de</p> <p>fitdankbaby Mini 10:30 Uhr www.fitdankbaby.de</p> 	<p>9:00-10:30 Uhr Qigong Kursnr. 22-4-019-Q</p> <p>10:30 Uhr Lungen-Reha-Sport Kursnr. 22-020-RSP</p> <p>15:45 Uhr - Reha-Adipositas Sport Kursnr. 22-040-AS</p> <p>17:00 Uhr - Reha-Adipositas Sport Kursnr. 22-041-AS</p> <p>18:00 Uhr jumping fitness Kursnr. 22-4-041-JF2</p> <p>19:00 Uhr Indoor Cycling Kursnr. 22-4-004-IC</p>	<p>9:00 Uhr Rücken Fit Nur für Männer derzeit ausgebucht</p> <p>9:00 Uhr GanzkörperMoBi - Fit in's WE Kursnr. 22-4-043-GKW</p> <p>10:15 Uhr Rücken Fit Nur für Männer Kursnr. 22-4-026-MK</p> <p>15:30 Uhr Tanz für Jedermann - bewegter Reha-Sport - Kursnr. 22-027-TRSP</p> <p>17:00 Uhr Tanz für Jedermann - bewegter Reha-Sport - Kursnr. 22-026-TRSP</p> 	<p>10:00 Uhr Indoor Cycling Kursnr. 22-4-006</p> 	
<p>16:00 Uhr Lungen-Reha-Sport Kursnr. 22-005-RSP</p> <p>17:00 Uhr Reha-Sport Kursnr. 22-027-KNS</p> <p>18:00 Uhr Lungen-Reha-Sport Kursnr. 22-006-RSP</p> <p>19:00 Uhr Train and Cross your Body Kursnr. 22-4-003-CF</p> <p>20:15 Uhr Indoor Cycling Kursnr. 22-4-001-IC</p>	<p>16:45 Uhr Drums Alive Kursnr. 22-4-028-DA</p>  <p>18:00 Uhr Move your Body Kursnr. 22-4-040-MYB</p> <p>19:00 Uhr Piloxing Kursnr. 22-4-010-PX</p> <p>20:00 Uhr jumping fitness Kursnr. 22-4-042-JF1</p>	<p>17:30 Uhr Rückenfit Kursnr. 22-4-41-RF</p> <p>18:30 Uhr Pilates Kursnr. 22-4-039-P</p> <p>19:45-21:15 Uhr Yoga_Body&Spirit Kursnr. 22-4-018-YBS</p>				

11.11.2022

Rehasport mit ärztlicher Verordnung

laufendes Kursprogramm

Turnverein Rhede 1925 e.V.

Turnen - Handball - Gewichtheben
Rhythmische Sportgymnastik - Volleyball
Badminton - Tennis - Radsport
Präventions- und Rehabilitationssport

**Fitness Halle
Am Sportzentrum 6
46414 Rhede**

Kontaktdaten/Ansprechpartner
kurse@tv-rhede.de
02872-94 85 936
0 151-27 52 74 71
www.tv-rhede.de



Unser Kursprogramm für die Zeit ab dem 10. August 2022

Anmeldungen ab sofort möglich.

Kursgebühren:

Kurs Nummer	Kurs Beschreibung	Uhrzeit	Kursdatum	Kurseinheiten	Gebühr für Vereinsmitglieder	Gebühr für Nicht-Mitglieder
22-4-028-FF1	Funktional-Faszien-Fit	10:00 Uhr		1	2,00 €	6,00 €
22-4-003-CF	Train and Cross Your Body	19:00 Uhr		1	2,00 €	6,00 €
22-4-001-IC	Indoor Cycling	20:15 Uhr		1	3,00 €	6,00 €
22-4-004-PBW	PowerBodyWorkout	9:00 Uhr		1	2,00 €	6,00 €
22-4-029-FF2	Funktional-Faszien-Fit	10:15 Uhr		1	2,00 €	6,00 €
22-4-028-DA	Drums Alive	16:45 Uhr		1	2,00 €	6,00 €
22-4-040-MYB	Move Your Body	18:00 Uhr		1	2,00 €	6,00 €
22-4-010-PX	Piloxing	19:00 Uhr		1	2,00 €	6,00 €
22-4-042-JF1	Jumping Fitness	20:00 Uhr		1	2,00 €	6,00 €
22-4-001-RF	Rückenfit	17:30 Uhr		1	2,00 €	6,00 €
22-4-039-P	Pilates	18:30 Uhr		1	2,00 €	6,00 €
22-4-018-YBS	Yoga&Body&Spirit	19:45 Uhr		1	3,00 €	9,00 €
22-4-019-Q	Qigong	09:00 Uhr		1	3,00 €	9,00 €
22-4-015-JF2	Jumping Fitness	18:00 Uhr		1	2,00 €	6,00 €
22-4-002-IC	Indoor-Cycling	19:00 Uhr		1	3,00 €	6,00 €
22-4-043-GKW	GanzkörperMoBi Fit in's WE	9:00 Uhr		1	2,00 €	6,00 €
22-4-025-MK	Rückenfit für Männer	9:00 Uhr		1	2,00 €	6,00 €
22-4-026-MK	Rückenfit für Männer	10:15 Uhr		1	2,00 €	6,00 €

Die genauen, einzelnen Kurstermine erfragen Sie bitte beim jeweiligen Übungsleiter !!

Die Kursgebühr wird aus der jeweiligen Summe der Kurseinheiten entsprechend ermittelt.

Vereinsmitglieder haben auch die Möglichkeit eine Monatsflat zu buchen.

Diese beträgt 14 Euro/Monat und berechtigt zur Teilnahme an allen Kursen in der Fitnesshalle - Ausgenommen und davon unberührt sind der Reha Sport, das Indoor Cycling sowie Kinderkurse. Aufgrund der Corona Hygieneschutzregeln kann es innerhalb einzelner Kurse zu Einschränkung der Teilnehmerzahlen kommen. Wir bitten um Verständnis!

Wir bieten viele verschiedene Reha Sport Gruppen an (siehe Kursplan/Rehasportabteilung).

Jeder Arzt kann Reha Sport verordnen! Eine Vereinsmitgliedschaft ist nicht notwendig. Mit der ärztlichen Verordnung werden alle Kosten übernommen.