



REFORMER-PILATES

Die Matte ist uns nicht genug: Mit dem Reformer kommt die nächste Stufe des Pilates zu uns.

Immer dienstags und donnerstags.

Secret Moves

Gelsenkirchener Str.37

46282 Dorsten

MOBIL 01702766191

E-MAIL info@secret-moves.de

WEB www.secret-moves.de

.WORKERS HALL.

**SOMMER
KURS
PLAN
2026**

www.workers-hall.de

WORKERS HALL. KURSPLAN **STAND AREA**

Gültig ab 20.07.2026

Unsere Trainingsangebote vom 20.07. bis 02.08.2026 und vom 17.08. bis 30.08.2026

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
09:00 - 12:00 OPEN GYM (AB 18)	09:00 - 12:00 OPEN GYM (AB 18)	09:00 - 12:00 OPEN GYM (AB 18)	09:00 - 12:00 OPEN GYM (AB 18)	09:00 - 12:00 OPEN GYM (AB 18)	10:00 - 15:00 OPEN GYM (AB 18)	10:00 - 15:00 OPEN GYM (AB 18)
MITTAGSPAUSE VON 12:30 BIS 15:00 UHR						
17:00 - 18:00 THAI KICKBOXEN ALL KIDS		17:00 - 18:00 THAI KICKBOXEN ALL KIDS				
19:00 - 20:30 THAI KICKBOXEN ADULTS & TEENS	19:00 - 20:30 BOXEN ADULTS & TEENS	19:00 - 20:30 THAI KICKBOXEN ADULTS & TEENS	19:00 - 20:30 BOXEN ADULTS & TEENS			

Unsere Trainingsangebote vom 03.08. bis 16.08.2026

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
09:00 - 12:00 OPEN GYM (AB 18)	09:00 - 12:00 OPEN GYM (AB 18)	09:00 - 12:00 OPEN GYM (AB 18)	09:00 - 12:00 OPEN GYM (AB 18)	09:00 - 12:00 OPEN GYM (AB 18)	10:00 - 15:00 OPEN GYM (AB 18)	10:00 - 15:00 OPEN GYM (AB 18)
MITTAGSPAUSE VON 12:30 BIS 15:00 UHR						
15:00 - 20:00 OPEN GYM (AB 18)	15:00 - 20:00 OPEN GYM (AB 18)	15:00 - 20:00 OPEN GYM (AB 18)	15:00 - 20:00 OPEN GYM (AB 18)	15:00 - 20:00 OPEN GYM (AB 18)		

ÖFFNUNGSZEITEN

MO. - FR. 08:30 - 12:30 & 15:00 - 22:00

SA - SO. 10:00 - 16:00

WORKERS HALL. KURSPLAN **GROUND AREA** MAD MONKEYS

Unsere Trainingsangebote vom 20.07. bis 30.08.2026

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
18:15 - 20:15 MMA		18:15 - 20:15 MMA		18:15 - 20:15 MMA

WORKERS HALL

Gelsenkirchener Str. 37

46282 Dorsten

TEL 02362.95 27 74

E-MAIL info@workers-hall.de

WEB www.workers-hall.de