

Montag				Dienstag			Mittwoch		Donnerstag			Freitag	
	Dauerangebote	Kursangebote	Rehasport	Dauerangebote	Kursangebote	Rehasport	Dauerangebote	Kursangebote	Dauerangebote	Kursangebote	Rehasport	Dauerangebote	Kursangebote
vormittags 08:00 - 13:30 Uhr	MorningKick 09:00-10:00Uhr Fitnessraum Evonik KSt1			Fit im Kopf - Stark im Körper Lifekinetik 10:00 bis 11:00 Uhr Fitnessraum Evonik EHa1			Fitness mit Musik und Kleingeräten 09:00 - 10:00 Uhr Fitnessraum Evonik GMa1		All-In Fitness Yoga & Entsp. 09:00 - 10:00 Uhr Fitnessraum Evonik MOo1		Rehasport Lungsport 10:30 - 11:30 Uhr Fitnessraum Evonik RSS1	Fitnessgymnastik & Volleyball für Männer 09:30 - 11:00 Uhr Evonik Sporthalle KSe2	Folge uns und bleib informiert  
	MondayMorning Fitness Kraft & Cardio für Frauen 10:00 - 11:00 Uhr Fitnessraum Evonik MBr1						Miniclub Krabbelgruppe 6 - 18 Mo. 10:00-11:30 Evonik Gymnastikraum Mic1	KIDS	Bewegungswelt Kids Eltern-Kind-Turnen 1,5 - 3 J. 09:00 - 10:00 Uhr Evonik Sporthalle Bew1	KIDS	Rehasport Orthopädie 11:30 - 12:30 Uhr Fitnessraum Evonik RSS2		
nachmittags 14:00 bis 18:00 Uhr	Schritt-für-Schritt Alltagstraining für Senioren 14:00 - 15:00 Uhr Viactiv Gruppenraum HAu1	AquaFitness Wassergymnastik 16:00 - 16:45 Uhr Goetheschule Schwimmbecken KUK1		 WhatsApp 01556 352 40 32 fitgesund@vfb-huels.de www.vfb-huels.de/fitgesund unser aktuelles Sportangebot online 		Rehasport Orthopädie 17:00 - 18:00 Uhr Pfarrheim Bonifatius RAD3	Ausdauer und Bewegung für Frauen 17:30 - 18:30 Uhr Scharounschule RVo1	AquaFitness Wassergymnastik 17:30 - 18:15 Uhr Goetheschule Schwimmbecken KUK2		Beckenboden mit Pilates Core & Control 16:00 - 16:45 Uhr Fitnessraum Evonik KHH3		!!! Wichtige Information !!! Kurse laufen nicht das Jahr durchgehend. Bitte vor Teilnahme und Schnuppern anfragen, ob und wann sie angeboten werden. Vereinsgruppen können auch mal außerhalb der Ferien ausfallen, dafür aber in den Ferien stattfinden. Bitte vor dem Schnuppern anfragen, ob die Vereinsgruppe aktuell stattfindet.	
	Schritt-für-Schritt Alltagstraining für Senioren 15:00 - 16:00 Uhr Viactiv Gruppenraum HAu2	Aroha (und Kaha) 16:45 - 17:30 Uhr Wilhelm-Raabe-Schule KHH1	Hatha Yoga 16:45 - 17:45 Uhr Fitnessraum Evonik KSW1			Gesundheitssport und Ballspiele für Männer 18:00 - 19:30 Uhr Goetheschule OJa1	Bewegungswelt Kids Eltern-Kind-Turnen 1,5 - 3 J. 14:15 - 15:15 Uhr Evonik Sporthalle Bew2	KIDS	Bewegungswelt Kids Eltern-Kind-Turnen 3 - 5 J. 16:00 - 17:00 Uhr Pestalozzischule Bew3	KIDS	Linedance Stufe 1/2 von 3 Anfänger (und Fortgeschr.) 16:15 - 17:45 Uhr Harkortschule KAM2		
	Fitnessmix für Sie und Ihn 18:00 - 19:00 Uhr Scharounschule LSa1	QiGong 17:45 - 18:30 Uhr Wilhelm-Raabe-Schule KHH2	Faszien Yoga 15:30 - 16:30 Uhr Fitnessraum Evonik KHH6 KHH6										
abends 18:00 - 22:00 Uhr	Volleyball Hobby gemischt - Fortg. 18:00 - 20:00 Uhr Goetheschule HWi1	Yin Yoga 19:00 - 20:00 Uhr Pfarrh. St. Heinrich KHH7	Rehasport Lungsport 18:00 - 19:00 Uhr Pfarrheim Bonifatius RAD1	K-POP Tanzen 7-10 Jahre 18:00 - 19:00 Uhr Fitnessraum Evonik JSa1	Linedance Stufe 3 von 3 Fortgeschrittene 18:15 - 19:45 Uhr NBZ Hüls-Süd KAM2		Ganzkörpertraining für Sie und Ihn 18:00 - 19:30 Uhr ASGSG Halle (links) EKa1	AquaFitness Wassergymnastik 18:30 - 19:15 Uhr Goetheschule Schwimmbecken KUK3		Faszien Yoga 18:30 - 19:30 Uhr Pfarrh. St. Heinrich KHH6		Mild Yoga mit Klangeschalen und Aromen 18:00 - 19:15 Uhr Fitnessraum Evonik KDA1	
	Volleyball Hobby für Frauen 18:00 - 19:30 Uhr Hauptschule Marl-Hamm MBü1	Linedance Stufe 1 von 3 Wiedereinsteiger mit leichten Vorkenntnissen und für Anfänger 18:15 - 19:15 Uhr Martin-Buber-Schule KAM1	Rehasport Orthopädie 19:00 - 20:00 Uhr Pfarrheim Bonifatius RAD2	K-POP Tanzen 11 J. bis Erw. 19:00 - 20:00 Uhr Fitnessraum Evonik JSa1			FeelGoodFitness Kraft & Cardio für Frauen 19:00 - 20:00 Uhr Scharounschule MBr3		Discochart Paare 20:00 - 21:30 Uhr Käthe Kollwitz Schule BPr1				
	Fitness mit Musik und Kleingeräten 19:30 - 20:30 Uhr Martin-Buber-Schule AMe1			Sunshine-Aerobic 19:00 - 20:00 Uhr Scharounschule MBü2			PowerFitness Kraft & Cardio für Frauen 20:00 - 21:00 Uhr Scharounschule MBr2						
	Fitnessgymnastik & Volleyball für Männer 19:30 - 21:00 Uhr Evonik Sporthalle KSe1			Fatburner Intervall X-trem 20:00-21:00Uhr Scharounschule KSt2			Discofox (Salsa/Bachata) für Paare 20:00 - 21:30 Uhr Martin-Buber-Schule OGe1						
Stand 10.09.2026		Fitness allgemein Fitness gemischte Gruppen		Gesundheitstraining (kein Reha) Volleyball und andere Ballspiele	Entspannung Tanzen		Wassergymnastik / AquaFitness Rehasport auf Verordnung		Speziell für Kinder (auch Tanzen)		KIDS		