

	Montag 26.10.2026		Dienstag 27.10.2026		Mittwoch 28.10.2026		Donnerstag 29.10.2026		Freitag 30.10.2026		Samstag 31.10.2026		Sonntag 01.11.2026	
Zeit	Kursraum 1	Kursraum 2	Kursraum 1	Kursraum 2	Kursraum 1	Kursraum 2	Kursraum 1	Kursraum 2	Kursraum 1	Kursraum 2	Kursraum 1	Kursraum 2	Kursraum 1	Kursraum 2
08:00		Outdoor Zirkeltraining											Feiertag - geschlossen	
09:00	Workout All-In 9:00-10:00	8:15-9:00	Workout All-In 9:00-10:00			Workout All-In 9:00-10:00	Rückenfit 9:00-10:00		Workout All In 9:00-10:00					
10:00	Faszien Training 10:00-11:00		Pilates 10:00-11:00	Pilates Flow 10:00-11:00	Rücken Pilates 10:00-11:00		Rückenfit 10:00-11:00	Yoga	Pilates 10:00-11:00		Indoor Cycling 10:00-11:00			
11:00			Zumba 11:00-12:00		Indoor Cycling 11:15-12:15			10:00-11:30						
12:00											Rücken 3D 11:15-12:30			
											Power Dumbell 12:30-13:30			
			Mittagspause 13:00 - 15:00				Mittagspause 13:00 - 15:00							
17:00	Workout All-In 17:00-18:00		Rückenfit 17:00-18:00			BOP	Langhantel 17:00-18:00				<div>Erläuterungen:</div> <div>Kurs findet wie gewohnt statt</div> <div>Specials (variierend)</div> <div>Kurs wird vertreten</div> <div>Kurs fällt aus</div> <div>Anmeldung nötig</div> <div>Kurs findet draußen statt</div>			
18:00	Langhantel 18:00-19:00	Faszien Pilates 18:00-19:00	Tabata 18:00-19:00	Yoga 18:00-19:00		17:15 - 18:15 Langhantel Core	Indoor Cycling (Intervall) 18:15-19:00	Boxing Fit 18:00-19:00	HIIT & Run 17:30 - 18:45					
19:00	Zumba 19:00-20:00					18:15 - 19:15			Stretching 17:30 - 18:45					
20:00		TRX 19:15-20:15	Indoor Cycling 19:15-20:15			Funktional Fit 19:30 - 20:30	Zumba 19:15-20:15	Balance Fit 19:15-20:15	Rücken 3D 19:00 - 20:00	Yoga 18:30 - 19:45				