

(Änderungen vorbehalten)

Wochentag	Kurs	Trainingszeiten	Letzte Stunde	Erste Stunde
Montag	Body Styling	9.30 – 10.30 Uhr	15.12.2025	12.01.2026
Montag	Pilates Mix 1	17.15 - 18.15 Uhr	15.12.2025	12.01.2026
Montag	Pilates Mix 2	18.30 – 19.30 Uhr	15.12.2025	12.01.2026
Dienstag	Pilates am Vormittag	08.30 – 9.30 Uhr	23.12.2025	13.01.2026
Dienstag	Rückenfit	9.45 – 10.45 Uhr	23.12.2025	13.01.2026
Dienstag	Kindertanzen „Tanzmäuse“	15.30 – 16.15 Uhr	16.12.2025	13.01.2026
Dienstag	Kindertanzen „TanzKids“	16.30 – 17.15 Uhr	16.12.2025	13.01.2026
Dienstag	Full Body Workout		16.12.2025	13.01.2026
Dienstag	HIIT the Beat (wöchentlicher Wechsel)	17.30 – 18.30 Uhr		
Dienstag	TanzSensation	18.45 – 19.45 Uhr	16.12.2025	13.01.2026
Mittwoch	Männergymnastik 55+	15.00 – 16.30 Uhr	17.12.2025	07.01.2026
Mittwoch	Kick/Punch Aerobic	18.45 – 19.45 Uhr	17.12.2025	07.01.2026
Mittwoch	HIIT (High Intensity Intervall Training)	20.00 – 21.00 Uhr	17.12.2025	07.01.2026
Mittwoch	Tanzen macht Spaß im Verein	16.00 – 17.00 Uhr	17.12.2025	07.01.2026
Mittwoch	Funktionelle Gymnastik	17.45 – 18.45 Uhr	17.12.2025	07.01.2026
Mittwoch	Tanzen macht Spaß im Verein	19.00 – 20.00 Uhr	17.12.2025	07.01.2026
Donnerstag	Bewegt jung bleiben	10.00 – 11.00 Uhr	18.12.2025	08.01.2026
Donnerstag	Langhanteltraining	17.45 – 18.45 Uhr	20.12.2025	08.01.2026
Donnerstag	Walking-Treff	18.30 – 19.30 Uhr	18.12.2025	08.01.2026
Donnerstag	Line Dance ab 15.1.2026 Neu!	19.15 – 20.15 Uhr	-----	15.01.2026
Freitag	Power Pilates	9.30 - 10.30 Uhr	19.12.2025	09.01.2026
Freitag	Line Dance	17.00 – 18.00 Uhr	12.12.2025	Ab Januar Donnerstag