



Sommerkursplan ab 02.08.2026

Athletik
Bereich/
Outdoor

Montag	GYM 1	09:30 RückenFit	10:30 Fit 50+	17:30 RückenFit	18:30 Step	19:30 PowerMix	
	GYM 2		09:30 Pilates	17:30 Bodystyle	18:30 Zumba		
	GYM 3				18:45 Jumping Fitness		
Dienstag	GYM 1	09:00 RückenFit	10:00 Pilates		18:00 Aerobic Bodystyle	19:00 Basic-Step	18:00 HybridFit Willi
	GYM 2				18:00 PowerMix		
	GYM 3				19:00 Cycling	19:15 Jumping Fitness	19:00 HybridFit Willi
Mittwoch	GYM 1	09:30 Step	10:30 Fit 50+			19:10 Pilates	
	GYM 2				18:00 PowerRide		
	GYM 3				18:00 Jumping Fitness		
Donnerstag	GYM 1	09:30 Step	10:30 Fit 50+	17:30 RückenFit	18:30 TRX	20:00 Yoga	
	GYM 2				18:30 WOD	19:30 Stretch	
	GYM 3				18:30 Jumping Fitness	19:30 Zumba	19:10 HybridFit Dome
Freitag	GYM 1	07:10 PowerRide		16:00 RückenFit	17:00 Step	18:00 PowerMix	19:00 Stretch
	GYM 2				17:00 Jumping Fitness	18:00 Pilates	
Sonntag	GYM 1	10:00 Step	10:00 Cycling	11:00 Bodystyle			
	GYM 3	10:00 Jumping Fitness		11:00 Zumba*			

*Jeden 1. Sonntag im Monat

Eine Reservierung ist für alle Kurse erforderlich. Dies geht bevorzugt über die eversports App. Alternativ auch telefonisch unter 07154/83 08 15. Ab März werden Kurse automatisch abgesagt, wenn weniger als sechs Teilnehmer angemeldet sind. Bitte denkt daher daran, euch rechtzeitig über Eversports für euren Kurs anzumelden.

