

Fitness-Studio 1. Quartal 2026 (07.01. - 29.03.2026)

Montag				Dienstag				Mittwoch				Donnerstag				Freitag			
	TB	Halle 1	Halle 2		TB	Halle 1	Halle 2		TB	Halle 1	Halle 2		TB	Halle 1	Halle 2		TB	Halle 1	Halle 2
8				8				8				8				8			
9				9	9:00-10:00 Alexander GTÜ Kurs 10			9	9:00-10:00 Alexander GTÜ Kurs 11	9:00-10:00 Birgit Bodyfit am Morgen		9	9:00-10:00 Alexander GTÜ Kurs 12			9			9:00-10:00 Christiane Qi Gong
10		10.15-11.15 Evelyn Fit & Vital 50+		10			10.30-11.45 Heidrun Bauchtanz 50+	10			10.00-11.00 Christiane Funktionsgymn. stehend/sitzend	10		10.15-11.15 Beate Fit & Vital 50+		10			10.15-11.45 Rebecca Yoga ZPP zert.
11				11				11				11				11			
12				12				12				12				12			
Studio: 09.00 - 13.00 Uhr				Studio: 10.00 - 13.00 Uhr				Studio: 10.00 - 13.00 Uhr				Studio: 10.00 - 13.00 Uhr				Studio: 09.00 - 13.00 Uhr			
13	13.00-14.00 Alexander GTÜ Kurs 8			13				13	13:00-14:00 Alexander GTÜ Kurs 13			13				13			
14	14.00-15.00 Alexander GTÜ Kurs 9			14	13.45-14.45 Carma GTÜ Kurs 3			14	14:00-15:00 Carma GTÜ Kurs 5	14.00-15.30 Geraldine Elebnistanz für Best Ager 60+		14	13.45-14.45 Carma GTÜ Kurs 1		14:00-15:00 Alexander Med. WSG Senioren	14	13.45-14.45 Carma GTÜ Kurs 7		
15		15.00-16.00 Susanne Rücken Fit 50+		15	15.00-16.00 Carma GTÜ Kurs 4			15	15.00-16.00 Carma GTÜ Kurs 6	15:30-16:30 Lale Eltern-Kind Turnen	15.50-16.50 Christiane Beckenboden Gymnastik	15	15.00-16.00 Carma GTÜ Kurs 2	15.00-16.00 Fabrice Kispo 3-4 J.		15	15.00-16.00 Carma Power for Kids		
16	15.30-16.30 Halyna Kispo 3J. 16.30-17.15 Halyna Kispo 4J. 17.15-18.00 Halyna Kispo 5-6J.		16.00-17.30 Susanne Frauen Fit 60+	16		16.00-17.00 Susanne Line Dance	16.00-17.00 Gabi Senioren 65+	16				16		16.00-17.00 Fabrice Kispo 5-6 J.	16.00-17.00 Gabi Senioren 65+	16	16.00-18.00 Tisch- tennis Jugend		
17				17		17:00-18:00 Susanne Line Dance	17:00-18:00 Enikö Cardiofit mit Step	17				17.00-18.30 Gäste	17			17:00-18.00 Susanne Aroha	17		17:00-18.00 Halyna Weekend Fit-Mix
18		18.30-19.30 Birgit Easy Step & Popeye		18		18.00-19.00 Samuel/Alex Functional Power	18.00-19.00 Enikö Core 3D Rückenfit	18	18.15-19.15 Christiane Qi Gong Jugendraum	18.30-19.45 Nicole Nicole's Total Body Special	18.30-19.30 Mara Bauchtanz A 19.30-20.45 Mara Bauchtanz F	18		18.00-19.00 Anke Rückenfit	18.00-19.15 Mara El Amar	18			18.00-19.00 Christiane Frauen Fit 60+
19			18.45-19.45 Annett Zumba	19		19.00-20.00 Susanne SKI Gymnastik		19				19		19:00 -20.00 Andrea Jedermann Gruppe	19.15-20.30 Anke Faszien in Bewegung 20:30-21:30 Ute Tai Chi Chuan	19			
20	19.40-20.40 wechselnd Fit Mix Sportladies			20			20:00-21.30 Nina Tribal Fusion	20				20					20		19.30-22.00 Gäste
21				21				21				21							
Studio: 15.00 - 21.00 Uhr				Studio: 16.00 - 21.00 Uhr				Studio: 16.00 - 21.00 Uhr				Studio: 16.00 - 21.00 Uhr				Studio: 16.00 - 21.00 Uhr			