

Übersicht aller Angebote der Sparte "Fitness und Gesundheit" ab September 2025

Beginn	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
09:30		Denksport		Fit in den Tag	Minitrampolin - 9.00 - 9.45 Uhr
09:45		Götz Noack		Rosi Erdmann	Petra Todt
10:00		nächster Kurs: ab 13.01.2026		Fortlaufendes Angebot	Fortlaufendes Angebot
10:15		Clubheim		Karl-Schneider-Halle	Karl-Schneider-Halle
10:30					
10:45					
11:00					
11:15					
12:30		Pilates			
12:45		Farnaz Yazdanian			
13:00		Fortlaufendes Angebot			
13:15		Karl-Schneider-Halle			
15:00			Senioren-sport für Damen		
15:15			Petra Bunzel		
15:30			Fortlaufendes Angebot		
15:45			Karl-Schneider-Halle		
16:30					
16:45				Faszientraining - 16.45 -17.45 Uhr	
17:00				Yilmaz Kengil	
17:15			Rundum Fit	Fortlaufendes Angebot	
17:30	Zirkeltraining ab 17.30 Uhr		Alex Jantz	Karl-Schneider-Halle	
17:45	Maryna Drozdora		Fortlaufendes Angebot		
18:00	Fortlaufendes Angebot		An der Berner Au 12		
18:15	An der Berner Au 12				
18:30	Rückenfitness ab 18:30 Uhr		Yoga		
18:45	Maryna Drozdora		Alex Jantz		
19:00	Fortlaufendes Angebot		Fortlaufendes Angebot		
19:15	An der Berner Au 12		An der Berner Au 12		
19:30					
19:45					
20:00					
20:15					
20:30					
20:45					