SPORTPLANET KURSPLAN

GEMEINSAM FIT

Stand NOVEMBER 2026

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
WAKE UP Stephanie 08:30 - 09:30 F4	**REFORMER PILATES **** Natalie 09:15 - 10:15 F2	**MORNING YOGA FLOW** Jessi W. 08:00 - 09:00 F2	**RÜCKENFIT** Regina 08:15 - 09:15 F4	**MORNING YOGA FLOW *** Jessi W. 07:30 - 08:30 zweiwöchig F2	**REFORMER PILATES **** Eda 08:15 - 09:15 F2	**JUMPING** Kira 09:30 - 10:30 F5
TOTAL BODY INTENSE Regina 17:00 - 18:00 F5	**REFORMER PILATES **** Natalie 10:15 - 11:15 F2	**FIT IN DEN MORGEN** Markus 09:15 - 10:15 F4	**FIT IN DEN MORGEN** Markus 09:15 - 10:15 F4	**PILATES soft** Nicole 08:30 - 09:30 F4	**REFORMER PILATES **** Eda 09:15 - 10:15 F2	**CBC-CYCLING** René 09:45 - 10:45 F1
YOGA FLOW Susana 18:00 - 19:30 F2	**FASZIEN & BBP** Nicole 09:15 - 10:45 F4	**FITMIX** Mariella 17:00 - 18:00 F4	**RÜCKEN & FASZIEN** Christiane 17:00 - 18:00 F4	**BODYFIT** Mariella 09:30 - 10:30 F4	**MORNING MOVEMENT** Susana 10:30 - 11:30 F2	**SUNDAY YOGA *** wechselnde Trainerinnen 10:30 - 11:30 zweiwöchig F2
CBC-CYCLING Markus 18:00 - 19:00 F1	**ZUMBA easy** Caterina 11:00 - 12:00 F4	**JUMPING CIRCUIT** Kerstin 18:00 - 19:00 F5	**FATBURNER** Sandra 18:00 - 19:00 F4	**BAUCH BEINE PO** Niko 17:00 - 18:00 F4	**ZUMBA** Lusiana 11:00 - 12:00 F5	**BAUCH BEINE PO** Stephanie 10:30 - 12:00 F5
RÜCKEN & FASZIEN Christiane 18:00 - 19:00 F4	**TOTAL BODY CROSS X** Sebastian 18:00 - 19:30 F4	**CBC-CYCLING** Katrina 18:00 - 19:00 F1	**REFORMER PILATES **** Sebastian 18:00 - 19:00 F2	**REFORMER PILATES **** Kerstin 17:00 - 18:00 F2	**YOGA MEETS JUMP** Susana 12:00 - 13:00 F5	**REFORMER PILATES **** Kerstin 10:45 - 11:45 zweiwöchig F2
TOTAL TABATA Eva 19:15 - 20:15 F5	**CBC-CYCLING** Mareike / René 18:30 - 19:30 F1	**BODYWORKOUT** Meik 19:00 - 20:00 F5	**HATHA YOGA** Kiki M. / Denise P. 18:00 - 19:00 F5	**ZUMBA** Jasmin 18:00 - 19:00 F4	**CHI YOGA** Frank 16:00 - 17:30 F2	**CBC-CYCLING** René 11:00 - 12:00 F1
CBC-CYCLING Meik 19:15 - 20:15 F1	**SYNRGY 360** Eva 19:00 - 20:00 KLZ	**FUNCTIONAL TRX** Markus 19:15 - 20:15 F4	**SYNRGY 360** Eva 19:00 - 20:00 KLZ	**JUMPING** Kerstin 18:15 - 19:15 F5		
	JUMPING FUNCTIONAL Sebastian 19:30 - 20:30 F5	**REFORMER PILATES **** Kerstin 19:15 - 20:15 F2	**HOT IRON** Sandra 19:00 - 20:00 F4			
			CBC-CYCLING René 19:00 - 20:00 F1			
			REFORMER PILATES ** Sebastian 19:00 - 20:00 F2			

**
<-- Termine über QR-Code buchbar

*
Kein regelmäßiger Kurs
Termine in der App ersichtlich