SPORTPLANET KURSPLAN

GEMEINSAM FIT

Stand
NOVEMBER 2025

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
WAKE UP Stephanie 08:30 - 09:30 F4	**FASZIEN & BBP** Nicole 09:15 - 10:45 F4	**FIT IN DEN MORGEN** Markus 09:15 - 10:15 F4	**RÜCKENFIT** Regina 08:15 - 09:15 F5	**PILATES soft** Nicole 08:30 - 09:30 F5	**BODYART** Jeannette 10:00 - 11:30 F2	**JUMPING** Kira 09:30 - 10:30 F5
TOTAL BODY INTENSE Regina 17:00 - 18:00 F5	**ZUMBA easy** Caterina 11:00 - 12:00 F4	**FITMIX** Mariella 17:00 - 18:00 F4	**FIT IN DEN MORGEN** Markus 09:15 - 10:15 F4	**BODYFIT** Mariella 09:30 - 10:30 F4	**JUMPING** Heike 10:00 - 11:00 F5	**CBC-CYCLING** René 09:45 - 10:45 F1
HULA POWER Eva 18:00 - 19:00 F5	**TOTAL BODY CROSS X** Sebastian 18:00 - 19:30 F4	**JUMPING CIRCUIT** Kerstin 18:00 - 19:00 F5	**PILATES** Christiane 17:00 - 18:00 F4	**RÜCKEN YOGA** Jeannette 16:00 - 17:15 F2	**ZUMBA** * Luis 10:00 - 11:00 zweiwöchig F3	**SUNDAY YOGA** wechselnde Trainerinnen 10:30 - 11:30 F2
INTENSE YOGA Susana 18:00 - 19:30 F2	**VINYASA YOGA** Sandra Sk. 18:30 - 20:00 F2	**CBC-CYCLING** Katrina 18:00 - 19:00 F1	**FATBURNER** Sandra 18:00 - 19:00 F4	**CROSS TRAINING** Niko 17:00 - 18:00 F4	**CHI YOGA** Frank 16:00 - 17:30 F2	**BAUCH BEINE PO** Stephanie 10:30 - 12:00 F5
CBC-CYCLING Markus 18:00 - 19:00 F1	**CBC-CYCLING** Sandra 19:00 - 20:00 F1	**HATHA YOGA FLOW** Jessica K. 18:30 - 20:00 F2	**SYNRGY 360** Markus 19:00 - 20:00 KLZ	**RÜCKEN YOGA** Jeannette 17:30 - 18:45 F2		**CBC-CYCLING** René 11:00 - 12:00 F1
RÜCKEN & FASZIEN Christiane 18:00 - 19:00 F4	**SYNRGY 360** Eva 19:00 - 20:00 KLZ	**BODYWORKOUT** Meik 19:00 - 20:00 F5	**HOT IRON** Sandra 19:00 - 20:00 F4	**ZUMBA** Luis 18:00 - 19:00 F4		
TOTAL TABATA Eva / Markus 19:15 - 20:15 F5	**JUMPING FUNCTIONAL** Sebastian 19:30 - 20:30 F5	**FUNCTIONAL TRX** Markus 19:15 - 20:15 F4	**CBC-CYCLING** René 19:00 - 20:00 F1	**JUMPING** Kerstin 18:15 - 19:15 F5		
CBC-CYCLING Meik 19:15 - 20:15 F1			**VINYASA YOGA** * Sandra Sk. 19:00 - 20:30 zweiwöchig F2			
			JUMPING Sebastian 19:00 - 20:00 F5			

*
Kein regelmäßiger Kurs
Termine in der App ersichtlich