



Studiokurse 25.08. – 21.12.2025

Kurzfristige Änderungen sind möglich!

Montag		Dienstag		Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Sonntag
		Pilates 9.00 – 9.45h Daniela aktiv-Gymnastikraum	Tabata 9.00 – 9.45h Annette BTG-Sporthalle			Rückenfit ins Wochenende 10.30 - 11.15 Uhr Doris aktiv-Gymnastikraum	Rhythm & Body 11.00 - 11.45 Uhr Mona K. aktiv-Gymnastikraum
							BBP 12.00 - 12.45 Uhr Mona K. aktiv-Gymnastikraum
Körperfit 16.00 - 16.45 Uhr Marlene aktiv-Gymnastikraum					Pilates 17.00 - 17.45 Uhr Marlene aktiv-Gymnastikraum		
Dance Fitness 18.05 - 18.50h Monja BTG-Sporthalle	Nordic Walking 18.00 - 19.00h Wolfgang Outdoor	Wirbelsäulengymnastik 18.00 - 18.45 Uhr Daniela aktiv-Gymnastikraum		Der aktive Rücken 18.00 - 18.45 Uhr Johanna aktiv-Gymnastikraum	Wirbelsäulengymnastik 18.05 - 18.50 Uhr Monja BTG-Sporthalle *	Pilates 18.00 - 18.45 Uhr Patricia BTG-Sporthalle	
Body-Fit 19.00 - 19.45 Uhr Daniela aktiv-Gymnastikraum		Fit-Mix für Jedermann 19.05 – 19.50 Uhr Jutta BTG-Sporthalle		YogaFit 19.15 - 20.00 Uhr Lara BTG-Sporthalle	Fit is Fun 19.00 - 19.45 Uhr Jutta BTG-Sporthalle		
man's power – power for men and women 20.30 - 21.30 Uhr Andreas BTG-Sporthalle					Fit & Relax 19.15 - 20.00 Uhr Martina aktiv-Gymnastikraum		

* = Vereinsangebot; auch für Studiomitglieder nutzbar