

MONTAG	DIENSTAG	SILVESTER	NEUJAHR	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
29.12.25	30.12.25	31.12.2025 Öffnungszeiten: 08:00 - 14:00 Uhr KIBE: geschlossen	01.01.2026 Öffnungszeiten: 14:00 - 21:00 Uhr KIBE: geschlossen	02.01.26	03.01.26	10:00 – 11:00 Uhr SPECIAL ZUMBA Studio 2
08:30 – 09:25 Uhr LES MILLS® BODYPUMP Studio 2 Ulrike	08:15 – 09:15 Uhr CYCLING C-Raum Pepe	10:30 – 11:30 Uhr PARTY JUMPING Studio 2 Katja		09:30 – 10:30 Uhr LES MILLS® BODYPUMP Studio 2 Ulrike	08:50 – 09:50 Uhr LES MILLS® BODYPUMP Studio 2 Ulrike	09:00 – 10:00 Uhr CYCLING C-Raum Pepe
09:00 – 09:45 Uhr BAUCH, BEINE, PO Studio 1 Kati	10:00 – 11:00 Uhr ZUMBA® GOLD Studio 2 Nicole	10:30 – 12:00 Uhr SILVESTER CYCLING C-Raum Pepe		10:40 – 11:25 Uhr AQUA Pool Ulrike	10:00 – 11:00 Uhr LES MILLS® BODYBALANCE Studio 1 Alex	10:15 – 10:30 Uhr CYCLING EINWEISUNG EINSTEIGER C-Raum Pepe
09:30 – 10:15 Uhr LES MILLS® SHAPES Studio 2 Ulrike	11:05 – 12:05 Uhr LES MILLS® BODYBALANCE Studio 1 Jana C.				10:30 – 11:25 Uhr JUMPING Studio 2 Joanne	10:30 – 11:30 Uhr CYCLING C-Raum Pepe
10:45 – 11:45 Uhr YOGA Studio 1 Jana C.					11:05 – 11:50 Uhr LES MILLS® PILATES Studio 1 Jana C.	10:00 – 10:45 Uhr AQUA Pool Nadine
						11:00 – 11:45 Uhr AQUA Pool Nadine
						11:00 – 12:00 Uhr SYNRGY Fläche Tuanny
						11:30 – 12:30 Uhr LES MILLS® BODYPUMP Studio 2 JP
17:15 – 18:10 Uhr LES MILLS® BODYBALANCE Studio 1 Alex	15:50 – 16:50 Uhr LES MILLS® BODYPUMP Studio 2 Janin S.		16:00 – 17:00 Uhr BEST OF LES MILLS® PILATES Studio 1 Lina	16:00 – 17:00 Uhr IRON FIT Studio 2 Gosia		11:35 – 12:20 Uhr LES MILLS® SHAPES Studio 1 Jana C.
18:15 – 19:45 Uhr YOGA INTENSE Studio 1 Kirsten	17:00 – 17:50 Uhr STEP 1 Studio 1 Daniela		17:30 – 18:30 Uhr LES MILLS® BODYPUMP HEAVY Studio 2 Christoph / Jana C. / JP	16:30 – 18:00 Uhr YOGA INTENSE Studio 1 Kirsten		12:30 – 13:30 Uhr LES MILLS® BODYBALANCE Studio 1 Jana C.
19:00 – 20:00 Uhr LES MILLS® BODYPUMP Studio 2 JP	17:00 – 17:55 Uhr JAMFYA® FEMALE Studio 2 Julika			17:05 – 18:00 Uhr CYCLING C-Raum Gosia		12:45 – 13:15 Uhr LES MILLS® CORE Studio 2 JP
19:00 – 20:00 Uhr CYCLING C-Raum Isabel	18:00 – 19:00 Uhr CROSSWORKOUT Studio 1 Stefanie			18:30 – 19:30 Uhr JAMFYA® Studio 1 Dave		13:30 – 14:30 Uhr LES MILLS® BODYCOMBAT Studio 2 JP
	18:00 – 19:00 Uhr LES MILLS® BODYPUMP Studio 2 Liza					
	18:30 – 19:30 Uhr CYCLING C-Raum Michel					Kräftigungskurse
	19:10 – 19:40 Uhr LES MILLS® GRIT Studio 2 Liza					Cardiokurse
	19:50 – 20:50 Uhr LES MILLS® BODYCOMBAT Studio 2 JP					Aquakurse
						Entspannungskurse
						Special
						Neue Uhrzeit / Neuer Kurs

MONTAG	DIENSTAG	HEILIGABEND	1. WEIHNACHTSTAG	2. WEIHNACHTSTAG	SAMSTAG	SONNTAG
22.12.25	23.12.25	24.12.2025 🎅 Öffnungszeiten: 08:00 - 14:00 Uhr KIBE: geschlossen	25.12.2025 🌲 Öffnungszeiten: 08:00 - 14:00 Uhr KIBE: geschlossen	26.12.2025 🌲 Öffnungszeiten: 08:00 - 14:00 Uhr KIBE: geschlossen	27.12.25	28.12.25
08:30 – 09:25 Uhr LES MILLS® BODYPUMP Studio 2 Ulrike	08:15 – 09:15 Uhr CYCLING C-Raum Pepe	10:00 – 11:15 Uhr LES MILLS® MIX Studio 2 JP / JanaC / Christoph	09:00 – 10:00 Uhr LES MILLS® BODYPUMP Studio 2 Ulrike	11:00 – 12:00 Uhr IRON FIT Studio 2 Gosia	08:50 – 09:50 Uhr LES MILLS® BODYPUMP Studio 2 Marija	10:00 – 11:00 Uhr SPECIAL PARTY JUMPING Studio 2 Katja
09:00 – 09:45 Uhr BAUCH, BEINE, PO Studio 1 Kati	09:00 – 10:00 Uhr 🌲 WIRBELSÄULE 🌲 Studio 1 Sylta	10:30 – 12:00 Uhr 🌲 CYCLING 🌲 C-Raum Pepe	10:00 – 11:00 Uhr CYCLING C-Raum Pepe	12:05 – 13:00 Uhr CYCLING C-Raum Gosia	10:00 – 11:00 Uhr LES MILLS® BODYBALANCE Studio 1 Jana C.	10:15 – 10:30 Uhr CYCLING EINWEISUNG EINSTEIGER C-Raum Klaus
09:30 – 10:15 Uhr LES MILLS® SHAPES Studio 2 Ulrike	10:00 – 11:00 Uhr ZUMBA® GOLD Studio 2 Nicole		10:00 – 11:00 Uhr BEST OF LES MILLS® PILATES Studio 1 Lina		10:30 – 11:25 Uhr JUMPING Studio 2 Joanne	10:30 – 11:30 Uhr CYCLING C-Raum Klaus
10:45 – 11:45 Uhr YOGA Studio 1 Jana C.	11:05 – 12:05 Uhr LES MILLS® BODYBALANCE Studio 1 Jana C.				11:05 – 11:50 Uhr LES MILLS® PILATES Studio 1 Jana C.	10:00 – 10:45 Uhr AQUA Pool Nadine
						11:00 – 11:45 Uhr AQUA Pool Nadine
						11:30 – 12:30 Uhr LES MILLS® BODYPUMP Studio 2 JP
						11:35 – 12:20 Uhr LES MILLS® SHAPES Studio 1 Jana C.
		Ulrike: 08:30-09:25, 09:00-09:45, 10:00-10:15				12:30 – 13:30 Uhr LES MILLS® BODYBALANCE Studio 1 Jana C.
17:15 – 18:10 Uhr LES MILLS® BODYBALANCE Studio 1 Alex	15:50 – 16:50 Uhr LES MILLS® BODYPUMP Studio 2 Janin S.					12:45 – 13:15 Uhr LES MILLS® CORE Studio 2 JP
18:15 – 19:45 Uhr YOGA INTENSE Studio 1 Kirsten	17:00 – 17:55 Uhr CHRISTMAS JAMFYA® Studio 2 Julika					13:30 – 14:30 Uhr LES MILLS® BODYCOMBAT Studio 2 JP
18:30 – 19:15 Uhr AQUA Pool Bianca	18:00 – 19:00 Uhr CROSSWORKOUT Studio 1 Stefanie					
19:00 – 20:00 Uhr LES MILLS® BODYPUMP Studio 2 JP	18:00 – 19:00 Uhr LES MILLS® BODYPUMP Studio 2 Liza					
19:00 – 20:00 Uhr CYCLING C-Raum Klaus	18:30 – 19:30 Uhr CYCLING C-Raum Michel					Kraftigungskurse
	19:10 – 19:40 Uhr LES MILLS® GRIT Studio 2 Liza					Cardiokurse
	19:50 – 20:50 Uhr LES MILLS® BODYCOMBAT Studio 2 JP					Aquakurse
						Entspannungskurse
						Special
						Neue Uhrzeit / Neuer Kurs