

# Kursplan



ab dem 01.04.2026

**Montag**

**Dienstag**

**Mittwoch**

**Donnerstag**

**Freitag**

**Sonntag**

09.30 - 10.30

**FIT mit Baby**

15.00 - 16.00

**FIT im Alter**

16.15 - 17.15

**Jumping KIDS**

16.15 - 17.15  
Tanzen im FIT –  
**Dance KIDS**

16.15 - 17.15  
**FIT mit Kind**

15.45 - 16.45  
Tanzen im FIT –  
**Dance KIDS**

16.00 - 17.00  
**FIT KIDS**

17.00 - 18.00  
Tanzen im FIT –  
**ZUMBA®**

17.30 - 18.30  
**Selbstverteidigung  
KIDS**

17.00 - 18.00

**HYROX Training**

17.30 - 18.30

**Jumping KIDS**

17.30 - 18.30

**Jumping Fitness**

17.30 - 18.30

**Jumping Fitness**

18.00 - 19.00  
**Pilates**

18.45 - 19.45

**Selbstverteidigung  
Erwachsene**

18.45 - 19.45

**Jumping Fitness**

18.45 - 19.45

**Jumping Fitness**

18.45 - 19.45

**Jumping Fitness**

19.00 - 20.00  
**Firmenfitness**

20.00 - 21.00  
Tanzen im FIT –  
**Dance Class**

20.00 - 21.00

**BoxingCombat**

20.00 - 21.00

**BoxingCombat**

**Massage**  
Termine nach Vereinbarung  
0162 2097314