

# Kurse mit Kursgebühren (nur mit vorheriger Anmeldung möglich)

gültig ab: Januar 2026

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	<b>Bauch-Beine-Po</b> 08:30 – 09:30 / SpS-motiv	<b>Yoga</b> 08:30 – 10:00 / SpS-motiv	<b>Indoor-Cycling</b> 07:00 – 08:00 / SpS-Motiv	<b>Bauch-Beine-Po</b> 08:30 – 09:30 / SpS-motiv		
<b>Yoga</b> 09:45 – 11:00 / GH-KW-n	<b>Yoga</b> 09:00 – 10:15 / GH-KW-n	<b>Muskel - Fitness</b> 10:20 – 11:45 / KP-KW	<b>Power Dumbell</b> 08:00 – 09:00 / SpS-Motiv	<b>Qi Gong</b> 09:00 – 10:00 / GH-KW-k	<b>Yogilates</b> 10:30 – 11:30 / SpS-motiv	<b>Indoor-Cycling</b> 10:00 – 11:00 / SpS-motiv
<b>Mobility &amp; Faszien Fit</b> 10:30 – 11:30 / SpS-motiv	<b>Wirbelsäulengymnastik</b> 09:30 – 10:30 / SpS-motiv		<b>Yoga</b> 09:00 – 10:30 / B-West	<b>Rückenfit</b> 09:30 – 10:30 / SpS-motiv	<b>Qi Gong</b> 11:30 – 12:30 / SpS-motiv	
		<b>Wirbelsäulengymnastik</b> 16:00 – 17:00 / GH-KW-k	<b>Yoga</b> 10:00 – 11:15 / GH-KW-n			
		<b>Antara</b> 17:30 – 18:30 / B-West	<b>Yoga</b> 10:30 – 12:00 / B-West			
		<b>Yoga</b> 17:30 – 18:45 / GH-KW-n	<b>Bauch-Beine-Po</b> 10:30 – 11:30 / SpS-motiv	<b>Indoor-Cycling</b> 16:00 – 17:00 / SpS-motiv		
<b>Yoga</b> 17:15 – 18:15 / GH-KW-n	<b>Solo Latin</b> 17:00 – 18:00 / GH-KW-n	<b>Indoor-Cycling</b> 18:00 – 19:00 / SpS-motiv		<b>Kraulschwimmen</b> 16:35 – 17:20 / HB-West		
<b>Bauch-Beine-Po</b> 17:30 – 18:30 / GH-KW-k	<b>Aqua-Fitness</b> 17:15 – 18:00 / HB - West	<b>Outdoor HIIT</b> 18:00 – 19:00 / Outdoor-motiv	<b>Muskel - Fitness</b> 15:30 – 16:30 / KP-KW	<b>Aqua-Fitness</b> 17:00 – 17:45 / HB-West		
<b>Powerclass Bauch &amp; Rücken</b> 17:30 – 18:30 / SpS-motiv	<b>Rückenfit</b> 17:30 – 18:30 / SpS-motiv	<b>Aqua-Fitness</b> 18:30 – 19:00 / HB-West		<b>Power Dumbell</b> 17:00 – 18:00 / SpS-motiv		
<b>Power-Yoga</b> 18:30 – 19:30 / GH-KW-n	<b>Aqua-Fitness</b> 18:00 – 18:30 / HB - West	<b>Pilates</b> 18:30 – 19:30 / B-West	<b>Pilates</b> 18:00 – 19:00 / SpS-motiv	<b>Yoga</b> 17:15 – 18:45 / GH-KW-n		
<b>Indoor-Cycling</b> 18:30 – 19:30 / SpS-motiv	<b>Pilates</b> 18:00 – 19:00 / Falk-S	<b>Yoga</b> 18:45 – 20:00 / GH-KW-n	<b>Yoga</b> 18:15 – 19:30 / GH-KW-n	<b>Kraulen</b> 17:20 – 18:05 / HB-West		
<b>Power Dumbell</b> 19:30 – 20:30 / SpS-motiv	<b>Zumba</b> 18:30 – 19:30 / SpS-motiv	<b>Wirbelsäulengymnastik</b> 19:00 – 20:00 / GH-KW-g	<b>Bauch-Beine-Po</b> 19:00 – 20:00 / SpS-motiv	<b>Aqua-Fitness</b> 17:45 – 18:30 / HB-West		
<b>Yoga</b> 19:30 – 21:00 / GH-KW-n	<b>Pilates</b> 19:00 – 20:00 / Falk-S	<b>Yoga</b> 19:00 – 20:00 / SpS-motiv	<b>Yoga</b> 19:35 – 20:50 / GH-KW-n	<b>Indoor-Cycling</b> 18:00 – 19:00 / SpS-motiv	<b>AnI-KW:</b> Anlage, Kräherwald <b>KP-KW:</b> Kraftpunkt, Kräherwald <b>GH-KW-g:</b> Große Gymnastikhalle, Kräherwald <b>GH-KW-k:</b> Kleine Gymnastikhalle, Kräherwald <b>H-KW-x:</b> Große Halle, Kräherwald <b>HB-West:</b> Hallenbad West <b>H-Motiv-x:</b> Halle Motiv, Feuerbacher Tal <b>SpS-motiv:</b> <b>Spiegelsaal</b> , Feuerbacher Tal <b>B-West:</b> Bürgerzentrum-West <b>Falk-S:</b> Falkert-Schule <b>STH-EG-k:</b> Schloßrealschule für Mädchen, EG / kleine Halle <b>STH-1St-g:</b> : Schloßrealschule für Mädchen, 1 Stock / große Halle	
<b>Indoor-Cycling</b> 20:30 – 21:30 / SpS-motiv		<b>Power Yoga</b> 19:30 – 20:30 / B-West	<b>Indoor-Cycling</b> 20:00 – 21:00 / SpS-Motiv	<b>Kraulschwimmen</b> 18:05 – 18:45 / HB-West		
<b>Yoga</b> 21:00 – 22:00 / GH-KW-n		<b>Extreme Fitness</b> 20:30 – 21:30 / SpS-motiv		<b>Aqua-Fitness</b> 18:30 – 19:00 / HB-West		
		<b>Yin Yoga</b> 20:30 – 21:15 / B-West				