Belegungsplan Dojo am Markt · Mattenhalle, Woche ab 16.11.2026

Montag 16.11.	Dienstag 17.11.	Mittwoch 18.11.	Donnerstag 19.11.	Freitag 20.11.	Samstag 21.11.	Sonntag 22.11.
16:00–17:30 Bauch-Beine-Po Mittelstufe Mattenfläche 1 **16:00–17:30** Judo Einsteiger am Abend Mattenfläche 2 **17:45–19:15** Ballett Mittelstufe – offenes Training Mattenfläche 1 **17:45–19:15** Vinyasa-Yoga Mittelstufe am Morgen Mattenfläche 2	**16:00–17:30** HIIT Fortgeschrittene Mattenfläche 1 **16:00–17:30** Stretching alle Stufen am Abend Mattenfläche 2 **17:45–19:15** Discofox Einsteiger am Abend Mattenfläche 1 **17:45–19:15** Tai Chi Einsteiger Mattenfläche 2	**16:00–17:30** Bauch-Beine-Po alle Stufen am Abend Mattenfläche 1 **16:00–17:30** Indoor Cycling Fortgeschrittene Mattenfläche 2	**16:00–17:30** Functional Training alle Stufen am Abend Mattenfläche 1 **17:45–19:15** Pilates alle Stufen – Technik Mattenfläche 2	**16:00–17:30** Taekwondo Mittelstufe am Abend Mattenfläche 1 **16:00–17:30** Kickboxen Fortgeschrittene am Morgen Mattenfläche 2 **17:45–19:15** Swing Einsteiger am Abend Mattenfläche 1 **17:45–19:15** Swing Fortgeschrittene – offenes Training Mattenfläche 2	**10:00–11:30** Ju-Jutsu Fortgeschrittene am Abend Mattenfläche 1 **10:00–11:30** Capoeira alle Stufen am Morgen Mattenfläche 2	**10:00–11:30** Standard und Latein Fortgeschrittene am Abend Mattenfläche 1 **10:00–11:30** Hip-Hop Fortgeschrittene Mattenfläche 2