Belegungsplan Dojo am Markt · Mattenhalle, Woche ab 30.11.2026

Montag 30.11.	Dienstag 01.12.	Mittwoch 02.12.	Donnerstag 03.12.	Freitag 04.12.	Samstag 05.12.	Sonntag 06.12.
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** Contemporary Mittelstufe 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