Belegungsplan Dojo am Markt · Mattenhalle, Woche ab 21.12.2026

Montag 21.12.	Dienstag 22.12.	Mittwoch 23.12.	Donnerstag 24.12.	Freitag 25.12.	Samstag 26.12.	Sonntag 27.12.
16:00–17:30 Bauch-Beine-Po Mittelstufe Mattenfläche 1 **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				