Belegungsplan Sporthalle Südstadt · Kraftraum, Woche ab 23.11.2026

Montag 23.11.	Dienstag 24.11.	Mittwoch 25.11.	Donnerstag 26.11.	Freitag 27.11.	Samstag 28.11.	Sonntag 29.11.
16:00–17:30 Krafttraining Fortgeschrittene	**16:00–17:30** Indoor Cycling Einsteiger	**16:00–17:30** Aerobic Fortgeschrittene	**16:00–17:30** Krafttraining Mittelstufe – Technik	**16:00–17:30** Functional Training Fortgeschrittene am Abend	**10:00–11:30** Selbstverteidigung Einsteiger – offenes Training	