Belegungsplan Sporthalle Südstadt · Kraftraum, 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 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	