Belegungsplan Sporthalle Südstadt · Kraftraum, Woche ab 14.12.2026

Montag 14.12.	Dienstag 15.12.	Mittwoch 16.12.	Donnerstag 17.12.	Freitag 18.12.	Samstag 19.12.	Sonntag 20.12.
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	