# Belegungsplan Sporthalle Südstadt · Gymnastikraum, Woche ab 07.12.2026

| Montag 07.12. | Dienstag 08.12. | Mittwoch 09.12. | Donnerstag 10.12. | Freitag 11.12. | Samstag 12.12. | Sonntag 13.12. |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **16:00–17:30**<br>Judo Mittelstufe – offenes Training<br>**17:45–19:15**<br>Vinyasa-Yoga Mittelstufe | **16:00–17:30**<br>Karate Einsteiger – Technik<br>**17:45–19:15**<br>Pilates Fortgeschrittene am Abend | **16:00–17:30**<br>Rückenfit alle Stufen – offenes Training | **16:00–17:30**<br>Kettlebell alle Stufen am Abend<br>**17:45–19:15**<br>Hip-Hop alle Stufen am Abend | **16:00–17:30**<br>Bodyweight-Training Fortgeschrittene<br>**17:45–19:15**<br>Bachata Fortgeschrittene | **10:00–11:30**<br>Salsa Fortgeschrittene | **10:00–11:30**<br>Salsa Fortgeschrittene am Morgen |