Stundenplan Fitnesszentrum Campus Mitte, Wintersemester 2026/27

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
16:00–17:30 Rückenfit Einsteiger am Morgen Cyclingraum 15× vom 19.10. bis 01.02.2027 **16:00–17:30** Langhanteltraining Fortgeschrittene am Abend Functional-Fläche 14.12.2026 **16:00–17:30** HIIT Einsteiger Gerätefläche 15× vom 19.10. bis 01.02.2027 **16:00–17:30** Stretching Einsteiger – offenes Training Kursraum 15× vom 19.10. bis 01.02.2027 **17:45–19:15** Vinyasa-Yoga Fortgeschrittene Kursraum 15× vom 19.10. bis 01.02.2027	**16:00–17:30** Mobility Einsteiger – Technik Cyclingraum 15× vom 20.10. bis 02.02.2027 **16:00–17:30** Judo alle Stufen Functional-Fläche 15× vom 20.10. bis 02.02.2027 **16:00–17:30** Kettlebell Einsteiger – offenes Training Gerätefläche 14× vom 20.10. bis 02.02.2027 **16:00–17:30** Karate Einsteiger am Abend Kursraum 14× vom 20.10. bis 02.02.2027 **17:45–19:15** Hatha-Yoga Einsteiger am Abend Kursraum 15× vom 20.10. bis 02.02.2027	**16:00–17:30** Zirkeltraining Mittelstufe am Morgen Cyclingraum 23.12.2026 **16:00–17:30** Functional Training Mittelstufe – offenes Training Functional-Fläche 14× vom 21.10. bis 03.02.2027 **16:00–17:30** Aerobic Einsteiger am Abend Gerätefläche 15× vom 21.10. bis 03.02.2027 **16:00–17:30** Krafttraining Mittelstufe – Technik Kursraum 14× vom 21.10. bis 03.02.2027 **17:45–19:15** Ballett alle Stufen am Morgen Kursraum 15× vom 21.10. bis 03.02.2027	**16:00–17:30** Rückenfit Mittelstufe am Abend Cyclingraum 14× vom 22.10. bis 04.02.2027 **16:00–17:30** Kettlebell Einsteiger am Morgen Functional-Fläche 14× vom 22.10. bis 04.02.2027 **16:00–17:30** Krafttraining Fortgeschrittene Gerätefläche 14× vom 22.10. bis 04.02.2027 **17:45–19:15** Pilates Einsteiger Kursraum 29.10.2026	**16:00–17:30** Bauch-Beine-Po Einsteiger am Morgen Cyclingraum 14× vom 23.10. bis 05.02.2027 **16:00–17:30** Krafttraining Einsteiger Functional-Fläche 13× vom 23.10. bis 05.02.2027 **16:00–17:30** Rückenfit Mittelstufe am Morgen Gerätefläche 14× vom 23.10. bis 05.02.2027 **16:00–17:30** Functional Training Einsteiger am Morgen Kursraum 14× vom 23.10. bis 05.02.2027 **17:45–19:15** Hatha-Yoga Mittelstufe – offenes Training Kursraum 13× vom 23.10. bis 05.02.2027	**10:00–11:30** Kickboxen Einsteiger Cyclingraum 14× vom 24.10. bis 06.02.2027 **10:00–11:30** Boxen Mittelstufe – Technik Functional-Fläche 14× vom 24.10. bis 06.02.2027 **10:00–11:30** Aikido Fortgeschrittene – offenes Training Gerätefläche 13× vom 24.10. bis 06.02.2027 **10:00–11:30** Salsa alle Stufen am Morgen Kursraum 14× vom 24.10. bis 06.02.2027	**10:00–11:30** Hip-Hop Einsteiger am Abend Kursraum 14× vom 25.10. bis 31.01.2027