



Fitness & Workout SCB		Niveau	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
After-Work-Fitness SCB	Anfänger-Fortgeschrittene	20:00 - 21:00	Beach Sandra M.		19:00 - 20:00 Forest Nina T.				
Balance Workout SCB	Anfänger-Fortgeschrittene			10:00 - 11:00 WGym Jane S.					13:00 - 14:00 Beach Stephanie P.
Bauch & Rücken SCB	Einsteiger-Mittelstufe	10:00 - 11:00	H SCB Boris Z.	19:00 - 20:00 H SCB Nicole Z.	10:00 - 11:00 Forest Marta F.	17:00 - 18:00 Forest Michael G.	10:00 - 11:00 H SCB Elena B.		16:00 - 17:00 Beach Stefan K.
Bauch & Rücken SCB	Einsteiger-Mittelstufe			21:00 - 22:00 Light Barbara A.					
Bauch Extrem SCB	Anfänger-Fortgeschrittene							14:00 - 15:00 Stone Kim K.	
Bauch intensiv SCB	Anfänger-Fortgeschrittene					21:00 - 21:30 Forest Sandra M.			
BBOP SCB	Anfänger-Fortgeschrittene	18:00 - 19:00	Forest Michael K.	11:00 - 12:00 Water Jane S.	18:00 - 19:00 H SCB Nina T.	18:00 - 19:00 Water Petra R.	18:00 - 19:00 Forest Marta F.		
BBP & Relax SCB	Einsteiger-Mittelstufe					19:00 - 20:00 Forest Iris F.			
BBP SCB	Anfänger-Fortgeschrittene			17:00 - 18:00 Light Rainer P.		20:00 - 21:00 Beach Sandra M.	16:00 - 17:00 Forest Marta F.	11:00 - 12:00 Stone Holger O.	14:00 - 15:00 Light Eva K.
BBP-Flow SCB	Anfänger-Fortgeschrittene							13:00 - 14:00 Forest Kim K.	
Beach Fitness SCB	Anfänger-Fortgeschrittene								14:00 - 15:00 Beach Elena B.
Beach Workout SCB	Anfänger-Fortgeschrittene	19:00 - 20:00	Beach Sandra M.						
Body Complete SCB	Anfänger-Fortgeschrittene								09:00 - 10:00 Forest Chris C.
Body Workout & BBOP SCB	Anfänger-Fortgeschrittene								12:00 - 13:00 Stone Senay D.
Bodyfit SCB	Mittelstufe-Fortgeschrittene								11:00 - 12:00 Light Steffen H.
Bodyrobic SCB	Einsteiger-Mittelstufe	17:00 - 18:00	Water Michael K.						11:00 - 12:00 Forest Chris C.
Bodystyling SCB	Anfänger-Fortgeschrittene	19:00 - 20:00	Stone Nadja G.		19:00 - 20:00 Beach Martin J.		17:00 - 18:00 Street Claudia H.	16:00 - 17:00 Stone Gaetana L.	16:00 - 17:00 Stone Christiane W.
Breakletics SCB	Anfänger-Fortgeschrittene				19:00 - 20:00 Stone Elena B.				
Dance Workout SCB	Anfänger-Fortgeschrittene								17:00 - 18:00 Forest Maria L.
Fit for Day SCB	Anfänger-Fortgeschrittene								09:00 - 10:00 Yoga Sabine A.
Fitness Workout SCB	Anfänger-Fortgeschrittene					10:00 - 11:00 Stone Monika A.	11:00 - 12:00 Stone Jane S.	10:00 - 11:00 Water Anne-Catherine S.	
Fitness Workout Strong SCB	Anfänger-Fortgeschrittene	18:00 - 19:00	H SCB Angelina H.						
Flexi-Power SCB	Einsteiger-Mittelstufe					10:00 - 11:00 Light Angela K.			
Flexi-Power SCB	Einsteiger-Mittelstufe					18:00 - 19:00 WGym Iris F.			
Functional SURFSET SCB	Anfänger-Fortgeschrittene	18:00 - 19:00	Beach Lisa T.						
Jump & Style SCB	Anfänger-Fortgeschrittene				10:00 - 11:00 Light Christiane W.			15:00 - 16:00 Light Christiane W.	
Jumping SCB	Anfänger-Fortgeschrittene	18:00 - 19:00	Light Janina R.	18:00 - 19:00 Light Damaris G.	17:00 - 18:00 Light Janine K.	11:00 - 12:00 Light Janine K.	19:00 - 20:00 Light Janina R.	11:00 - 12:00 Light Anne-Catherine S.	13:00 - 14:00 Light Elena B.
Jumping SCB	Anfänger-Fortgeschrittene	19:00 - 20:00	Light Lea T.	20:00 - 21:00 Light Barbara A.	19:00 - 20:00 Light Sarah H.	18:00 - 19:00 Light Claudia H.			15:00 - 16:00 Light Elena B.
KamiBo SCB	Anfänger-Fortgeschrittene							15:00 - 16:00 Stone Stefan K.	
Late Night Workout SCB	Anfänger-Fortgeschrittene				21:00 - 22:00 Stone Martin J.				
Let's Bands SCB	Anfänger-Fortgeschrittene			19:00 - 20:00 Water Janine K.					
Max.Power SCB	Anfänger-Fortgeschrittene					21:30 - 22:00 Forest Sandra M.			
Men Fitness SCB	Einsteiger-Mittelstufe							11:00 - 12:00 Forest Elena B.	
Muscle Power SCB	Anfänger-Fortgeschrittene							10:00 - 11:00 Forest Elena B.	
New Body Fitness SCB	Einsteiger-Mittelstufe						19:00 - 20:00 Water Barbara A.		15:00 - 16:00 Forest Christiane W.
PILOXING SCB	Anfänger-Fortgeschrittene	19:00 - 20:00	Street Susan Z.	18:00 - 19:00 Water Sarah H.	18:00 - 19:00 Light Sarah H.				
Power Bauch SCB	Anfänger-Fortgeschrittene	19:00 - 20:00	Water Michael K.						
Power Mitte SCB	Anfänger-Fortgeschrittene					10:00 - 11:00 Fit Gym Marta F.			
Slashpipe SCB	Anfänger-Fortgeschrittene					10:00 - 11:00 Water Lisa T.	18:00 - 19:00 Light Anne-Catherine S.		12:00 - 13:00 Water Elena B.
Stretch & Workout SCB	Anfänger-Fortgeschrittene			18:00 - 19:00 Beach Nicole Z.	19:00 - 20:00 WGym Sylvia L.				
SURFSET SCB	Anfänger-Fortgeschrittene	21:00 - 22:00	Beach Sandra M.	19:00 - 20:00 Beach Damaris G.	20:00 - 21:00 Beach Nina T.	11:00 - 12:00 Beach Rainer P.	17:00 - 18:00 Beach Lisa T.	13:00 - 14:00 Beach Janina B.	
SURFSET SCB	Anfänger-Fortgeschrittene					18:00 - 19:00 Beach Janine K.			
SURFSET SCB	Anfänger-Fortgeschrittene					21:00 - 22:00 Beach Michael K.			
TBC mit Slashpipe SCB	Anfänger-Fortgeschrittene							14:00 - 15:00 Water Christiane W.	
Thai Bo SCB	Anfänger-Fortgeschrittene	18:00 - 19:00	Stone Yvonne B.	10:00 - 11:00 Forest Claudia H.		19:00 - 20:00 WGym Milenka K.	18:00 - 19:00 H SCB Barbara A.	12:00 - 13:00 Light Steffen H.	13:00 - 14:00 Stone Nina H.
Total Body Conditioning SCB	Anfänger-Fortgeschrittene	11:00 - 12:00	Forest Claudia H.	17:00 - 18:00 Water Damaris G.	18:00 - 19:00 Stone Christiane W.	19:00 - 20:00 H SCB Sandra M.			15:00 - 16:00 WGym Stefan K.
Total Body Conditioning SCB	Anfänger-Fortgeschrittene	21:00 - 22:00	Forest Christiane W.						
Wake Up Fitness SCB	Anfänger-Fortgeschrittene							09:00 - 10:00 Beach Elena B.	
Functional Fitness SCB									
BodyWork SCB	Anfänger-Fortgeschrittene	18:00 - 19:00	Water Claudia H.						
deepWORK SCB	Anfänger-Fortgeschrittene	21:00 - 22:00	Stone Michael K.			19:00 - 20:00 Stone Michael G.			
Functional Training SCB	Anfänger-Fortgeschrittene	17:00 - 18:00	Forest Claudia H.	19:00 - 20:00 Forest Judith F.	18:00 - 19:00 Forest Corinna K.	18:00 - 19:00 Forest Michael G.		12:00 - 13:00 Forest Sailu Z.	
HIT SCB	Mittelstufe-Fortgeschrittene					11:00 - 12:00 Forest Marta F.	19:00 - 20:00 Forest Christian H.		
Langhantel SCB	Anfänger-Fortgeschrittene	20:00 - 21:00	Forest Christiane W.	18:00 - 19:00 Forest Judith F.	20:00 - 21:00 Forest Holger O.			14:00 - 15:00 Forest Stefan K.	12:00 - 13:00 Forest Steffen H.
TRX SCB	Anfänger-Fortgeschrittene	18:00 - 19:00	Street Janine K.	11:00 - 12:00 Street Claudia H.	18:00 - 19:00 Street Torsten F.	10:00 - 11:00 Street Rainer P.	18:00 - 19:00 Street Christian H.		
TRX SCB	Anfänger-Fortgeschrittene			19:00 - 20:00 Street Kim K.		17:00 - 18:00 Street Mohamed Z.		12:00 - 13:00 Street Holger O.	
TRX SCB	Anfänger-Fortgeschrittene					20:00 - 21:00 Street Michael K.			
Kampfsport SCB									
Amis Fortgeschrittene SCB	Fortgeschrittene			20:00 - 23:00 D Bernd V.					
Amis SCB	Anfänger-Fortgeschrittene			19:00 - 20:00 D Jin-Hyo K.					
Capoeira Anfänger SCB	Anfänger						20:00 - 22:00 Stone Maximilian C.		
Hap-Ki-Do SCB	Anfänger-Fortgeschrittene	19:00 - 22:00	D Joachim B.		19:30 - 21:00 D Joachim B.				
Hap-Ki-Do/KSK SCB (Kicken-Schlagen-Kondition-Wettkampf)	Anfänger-Fortgeschrittene						19:00 - 22:00 D Alfons H.		
Hap-Ki-Do/Rotgürtel-Meistertraining SCB	Sonderbeitrag					21:00 - 22:00 D Alfons H.			
Karate Erwachsene Anfänger-Mittelstufe SCB	Einsteiger-Mittelstufe						19:00 - 21:00 Stone Florian B.		
Karate Erwachsene Fortgeschrittene SCB	Mittelstufe-Fortgeschrittene	18:00 - 20:00	Fit Gym Florian B.						
Sanchin Karate Erwachsene SCB	ab 16 Jahre			18:00 - 19:00 WGym Jan M.					
Selbstverteidigung für Frauen SCB	Anfänger-Fortgeschrittene					19:00 - 21:00 D Florian B.			