



Fitness & Workout SCB		Niveau	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		Samstag		Sonntag							
After-Work-Fitness	Anfänger-Fortgeschrittene	20:00 - 21:00	Beach	Susan Z.			19:00 - 20:00	Forest	Nina T.													
Balance Workout	Anfänger-Fortgeschrittene				10:00 - 11:00	WGym	Jane S.								13:00 - 14:00	Beach	Vanessa D.					
Bauch Extrem	Anfänger-Fortgeschrittene												14:00 - 15:00	Stone	Kim K.							
Bauch Intensiv	Anfänger-Fortgeschrittene								21:00 - 21:30	Forest	Eric S.											
BBP & Relax	Einsteiger-Mittelstufe								19:00 - 20:00	Forest	Iris F.											
BBP-Flow	Anfänger-Fortgeschrittene												13:00 - 14:00	Forest	Kim K.							
Beach Fitness	Anfänger-Fortgeschrittene														14:00 - 15:00	Beach	Elena B.					
Beach Workout	Anfänger-Fortgeschrittene	19:00 - 20:00	Beach	Claudia H.																		
Body Complete	Anfänger-Fortgeschrittene														09:00 - 10:00	Forest	Chris C.					
Body Workout & BBOP	Anfänger-Fortgeschrittene														12:00 - 13:00	Stone	Senay D.					
Bodyfit	Mittelstufe-Fortgeschrittene														11:00 - 12:00	Light	Steffen H.					
Bodyrobic	Einsteiger-Mittelstufe	17:00 - 18:00	Water	Rainer P.											11:00 - 12:00	Forest	Chris C.					
BodyWork	Anfänger-Fortgeschrittene	18:00 - 19:00	Water	Claudia H.																		
Fatburner Step	Anfänger-Fortgeschrittene										17:00 - 18:00	Forest	Marta F.	10:00 - 11:00	Stone	Holger O.						
Fit for Day	Anfänger-Fortgeschrittene															09:00 - 10:00	Yoga	Sabine A.				
Flexi-Power	Einsteiger-Mittelstufe								10:00 - 11:00	Light	Angela K.											
Flexi-Power	Einsteiger-Mittelstufe								18:00 - 19:00	WGym	Iris F.											
Functional SURFSET	Anfänger-Fortgeschrittene	18:00 - 19:00	Beach	Lisa T.																		
Functional Training	Anfänger-Fortgeschrittene	17:00 - 18:00	Forest	Claudia H.	19:00 - 20:00	Forest	Christian L.	18:00 - 19:00	Forest	Corinna K.	18:00 - 19:00	Forest	Michael G.		12:00 - 13:00	Forest	Holger O.					
HIIT Strong	Anfänger-Fortgeschrittene	18:00 - 19:00	H SCB	Angelina H.																		
HIT	Mittelstufe-Fortgeschrittene																					
Jump & Style	Anfänger-Fortgeschrittene							10:00 - 11:00	Light	Christiane W.												
Jumping	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	Elena B.	19:00 - 20:00	Light	Sonja A.	11:00 - 12:00	Light	Anne-Catherine S.	13:00 - 14:00	Light	Elena B.
Jumping	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	Anfänger-Fortgeschrittene																15:00 - 16:00	Stone	Stefan K.			
Late-Night-Workout	Anfänger-Fortgeschrittene							21:00 - 22:00	Stone	Martin J.												
Let's Bands	Anfänger-Fortgeschrittene				19:00 - 20:00	Water	Janine K.						19:00 - 20:00	Street	Karolin L.							
Max.Power	Anfänger-Fortgeschrittene										21:30 - 22:00	Forest	Eric S.									
Men Fitness	Einsteiger-Mittelstufe													11:00 - 12:00	Forest	Elena B.						
Muscle Power	Anfänger-Fortgeschrittene													10:00 - 11:00	Forest	Elena B.						
PILOXING	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	Anfänger-Fortgeschrittene	19:00 - 20:00	Water	Michael K.																		
Power Mitte	Anfänger-Fortgeschrittene										10:00 - 11:00	Fit Gym	Marta F.									
Slashpipe	Anfänger-Fortgeschrittene							18:00 - 19:00	Water	Elena B.	10:00 - 11:00	Water	Lisa T.	18:00 - 19:00	Water	Anne-Catherine S.	12:00 - 13:00	Water	Elena B.			
Step	Anfänger-Fortgeschrittene	20:00 - 21:00	Stone	Nadja G.	19:00 - 20:00	Stone	Rainer P.					18:00 - 19:00	Stone	Claudia H.		14:00 - 15:00	Forest	Christiane W.				
Step Aerobic	Einsteiger-Mittelstufe										17:00 - 18:00	Stone	Claudia H.									
Step Aerobic	Einsteiger-Mittelstufe										18:00 - 19:00	Stone	Milenka K.									
Step Wettkampf	Fortgeschrittene				20:00 - 22:00	Stone	Rainer P.															
SURFSET	Anfänger-Fortgeschrittene	21:00 - 22:00	Beach	Eric S.	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	Anfänger-Fortgeschrittene										18:00 - 19:00	Beach	Janine K.									
SURFSET	Anfänger-Fortgeschrittene										21:00 - 22:00	Beach	Michael K.									
TBC mit Slashpipe	Anfänger-Fortgeschrittene														14:00 - 15:00	Water	Christiane W.					
TH-Combat	Mittelstufe-Fortgeschrittene														12:00 - 13:00	Light	Steffen H.					
Thai Bo	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.	13:00 - 14:00	Stone	Nina H.			
TRX	Anfänger-Fortgeschrittene	18:00 - 19:00	Street	Janine K.	11:00 - 12:00	Street	Claudia H.	18:00 - 19:00	Street	Daniela S.	10:00 - 11:00	Street	Rainer P.	18:00 - 19:00	Street	Sailu Z.	11:00 - 12:00	Street	Steffen H.			
TRX	Anfänger-Fortgeschrittene				19:00 - 20:00	Street	Kim K.				17:00 - 18:00	Street	Naomi G.									
TRX	Anfänger-Fortgeschrittene										20:00 - 21:00	Street	Michael K.									
Wake Up Fitness	Anfänger-Fortgeschrittene													09:00 - 10:00	Beach	Elena B.						

Functional Fitness SCB

Kampfsport SCB		Niveau	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		Samstag		Sonntag	
Amis Fortgeschrittene	Fortgeschrittene				20:00 - 23:00	D	Bernd V.									
Hap-Ki-Do	Anfänger-Fortgeschrittene	19:00 - 22:00	D	Joachim B.				19:30 - 21:00	D	Joachim B.						
Hap-Ki-Do(Wettkampf)	Anfänger-Fortgeschrittene											19:00 - 22:00	D	Alfons H.		
Hap-Ki-Do/Rotgürtel-Meistertraining	Sonderbeitrag							21:00 - 22:00	D	Joachim B.						
Karate Erwachsene Anfänger-Mittelstufe	Einsteiger-Mittelstufe											19:00 - 21:00	Stone	Florian B.		
Karate Erwachsene Fortgeschrittene	Mittelstufe-Fortgeschrittene	18:00 - 20:00	Fit Gym	Florian B.												
Kenjutsu	ab 16 Jahre				18:00 - 19:00	WGym	Jan M.									
Selbstverteidigung für Frauen	Anfänger-Fortgeschrittene									19:00 - 21:00	D	Florian B.				

Beach Gym [Beach] | Forest Gym [Forest] | Wellness Gym [WGym] | Stone Gym [Stone] | Light Gym [Light] | Water Gym [Water] | Yoga Gym SCB 3 [Yoga] | Halle SCB [H SCB] | Street Style Gym [Street] | Fitness Gym [Fit Gym] | Dojo [D] = Inheidener Str. 64