

Kursplan

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Samstag

Sonntag

09:15 - 10:00

Rehasport

Kursleiter

Kerstin Hammen

10:15 - 11:00

Rehasport

Kursleiter

Kerstin Hammen

10:30 - 11:30

Jumping Basics

Kursleiter

Daniela Pauer

17:00 - 17:45

Kids Jumping (4-11 J.)

Kursleiter

Daniela Pauer

16:45 - 17:30

Zirkeltraining

Kursleiter

Indra Castronovo

17:15 - 18:15

Jumping Fitness

Kursleiter

im Wechsel :)

18:00 - 18:45

Tabata

Kursleiter

Kerstin Hammen

17:45 - 18:45

Bodyworkout

Kursleiter

Rene Clemens

17:45 - 18:45

Jumping

Kursleiter

Larissa Michel

17:45 - 18:45

Muscle Power

Kursleiter

Sandra Herrmann

19:00 - 20:00

Bellicon Health

Kursleiter

Kerstin Hammen

19:00 - 20:00

Yoga

Kursleiter

Rebecca Holzer

19:00 - 19:45

Bodyshape

Kursleiter

Indra Castronovo

19:00 - 20:00

Bellicon Health

Kursleiter

Kerstin Hammen

Eleven
meets
Sport Park
DIREKT

gültig ab
01.02.2026