

Gym 1, Center Berliner Tor

Stand: 09.02.2026

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
					///	///
					///	///
ZUMBA® Fitness	Rücken Power				Bodyfit	
Carla B. 10:45	Sandra H. 10:00				Christian R. Sarah S. 10:45	
	Bodyfit				Kraftfit*	
	Sandra H. 11:00				Christian R. Sarah S. 11:45	
		CBW				
		Shadi S. 12:45				
	Kraftfit*					Kraftfit*
	Tanja N. 13:45					Tanja N. 13:45
	Bodyfit	ZUMBA® Fitness		Line Dance 1	Solidaritätskurs CBW NEU ab dem 07.03.	Fatburner
	Tanja N. 14:45	Celeste C. 14:45		Kirsten B. 14:45	Beate B.-E. 14:45	Tanja N. 14:45
ZUMBA® Fitness				Line Dance 2	Kraftfit*	Hula-Hoop Workout*
Yair P. 15:45				Kirsten B. 15:45	Beate B.-E. 15:45	Tanja N. 15:45
	BBRP	BBRP	CBW	Solidaritätskurs Line Dance 3	Step Fatburner	
	Frank K. 16:45	Olga F. 16:45	Boban M. 16:45	Kirsten B. 16:45		
Fatburner	CBW	Rücken Power	Zum-Dance	Step Fatburner	Beate B.-E. 16:45 80 Minuten	
Steffi D. Fellina M. 17:45	Frank K. 17:45	Olga F. 17:45	Joaquim R. 17:45	Tanja N. 17:45		
Fit Fight	Fit Fight Kombi	SALSATION®	BBRP	Kraftfit*		
Justyna K. 18:45	Justyna K. 18:45	Jenny M. 18:45	Olaf B. 18:45	Randy M. 18:45		
twerXout® Nur für Frauen	ZUMBA® Fitness		Kraftfit*			
Patricia V. 19:45	Hatice G. 19:45		Olaf B. 19:45			
				Jean-Tony S. Rana V. A. 20:00	///	

Legende: Keine Angabe: Neu- und Wiedereinsteiger*Innen sowie Fortgeschrittene; **1:** Neu- und Wiedereinsteiger*Innen, geringe Intensität, keine Vorkenntnisse; **2:** Fortgeschrittene Anfänger*Innen mittlere Intensität, Grundkenntnisse; **3:** Fortgeschrittene, hohe Intensität, vertiefte Grundkenntnisse; * Teilnehmer*Innenzahl ist begrenzt.

Gym 2, Center Berliner Tor

Stand: 09.02.2026

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
					/ / /	/ / /
	DynamicTrain(R)ing Heike O. 09:30				/ / /	/ / /
CBW Anja R. 10:30	FASZIO® Heike O. 10:30	Physio Fitness Erma W. 10:30	Tough Class Shadi S. 10:30			
	Best Age Fitness Heike O. 11:30	Best Age Fitness Erma W. 11:30	Fatburner Shadi S. 11:30		Dance 'n Fitness Vanessa B. 11:30	BRRP Carmen P. Shafagh D. 11:30
					Step 3 Tanja T. 12:30 Andrea R. 50 Minuten	
				Kraftfit* Sandra B. 13:30		ZUMBA® Fitness Francine D. 13:30
					Kung Fu 1 / 2 Mahmood Y. 14:30 110 Minuten	
Solidaritätskurs Krav Maga Martin V. 15:30						
Solidaritätskurs Kickboxen Martin V. 16:30			Kraftfit* Nuriye D. 16:30		Afrobeat Carina H. 16:30	
Step 2 Carmen J. 17:30	Rücken Power Christine B. 17:30	Solidaritätskurs CBW Gundi D. 17:30	Bodyfit Nuriye D. 17:30	Hip Hop Aqata W. 17:30		-Vermietet-
BBRP Carmen J. 18:30	BBRP Nuriye D. 18:30	Bodyfit Gundi D. 18:30	ZUMBA® Fitness Hatice G. 18:30			
Solidaritätskurs SALSATION® Jenny M. 19:30	Step Fatburner Nuriye D. 19:30		Dance 'n Strip Ella B. 19:30 50 Minuten			
					/ / /	

Legende: Keine Angabe: Neu- und Wiedereinsteiger*Innen sowie Fortgeschrittene; **1:** Neu- und Wiedereinsteiger*Innen, geringe Intensität, keine Vorkenntnisse;
2: Fortgeschrittene Anfänger*Innen mittlere Intensität, Grundkenntnisse; **3:** Fortgeschrittene, hohe Intensität, vertiefte Grundkenntnisse;
 * Teilnehmer*Innenzahl ist begrenzt. / ** Dieser Kurs findet bei gutem Wetter Outdoor statt. Mehr Infos unter <https://sportspass.de/angebotsuche>

Gym 3, Center Berliner Tor

Stand: 09.02.2026

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
					///	///
	Vinyasa Flow Yoga <i>Regina B. 10:00</i>	Rücken Balance <i>Juliane K. 10:00</i>		Beckenboden-Training <i>Ika W. 10:00</i>	Pilates <i>Elham H. 10:00</i> <i>Andrea M. 10:00</i>	Hatha Yoga <i>Eva B. 10:00</i> <i>50 Minuten</i>
Stretch & Relax <i>Alice O. 11:00</i> <i>50 Minuten</i>	Flow to Yin <i>Regina B. 11:00</i>	FASZIO® <i>Juliane K. 11:00</i>	Stretch & Relax <i>Petra P. 11:15</i>	Stretch & Relax <i>Ika W. 11:00</i>		
				Yin Yoga <i>Iris K. 12:00</i>	Special	
				Pilates <i>Christine B. 15:30</i>		Hatha Yoga + Meditation <i>Olaf G. 16:00</i> <i>110 Minuten</i>
				Hatha Yoga <i>Holger P. 16:30</i> <i>50 Minuten</i>		
Power Yoga <i>Alice O. 17:00</i>	Hatha Yoga <i>Petra M. 16:30</i> <i>50 Minuten</i>	Zum-Dance <i>Ika W. 17:00</i>	Pilates 2 <i>Regina B. 17:00</i>			
	SALSATION® <i>Barbara A. 18:00</i>	Vinyasa Flow Yoga <i>Johanna E. 18:00</i> <i>Svenja M. 80 Minuten</i>	Vinyasa Flow Yoga <i>Svenja M. 18:00</i> <i>Laura M. 18:00</i>	Solidaritätskurs Salsa 1 <i>Jean-Tony S. 18:00</i>		
Hatha Yoga <i>Petra M. 19:00</i> <i>80 Minuten</i>	Yin Yoga (english) <i>Ximena M. 19:00</i>	Kickboxen für Frauen <i>Daniela F. 19:45</i> <i>90 Minuten</i>	Salsa L.A. Style 1 für Paare und Singles <i>Gopal V. 19:00</i> <i>Keti 19:00</i>	Salsa 2 <i>Jean-Tony S. 19:00</i> <i>Alicia J. 19:00</i>		
			Salsa L.A. Style 2 für Paare und Singles <i>Gopal V. 20:00</i> <i>Keti 20:00</i>		///	

Legende: Keine Angabe: Neu- und Wiedereinsteiger*Innen sowie Fortgeschrittene; **1:** Neu- und Wiedereinsteiger*Innen, geringe Intensität, keine Vorkenntnisse;
2: Fortgeschrittene Anfänger*Innen mittlere Intensität, Grundkenntnisse; **3:** Fortgeschrittene, hohe Intensität, vertiefte Grundkenntnisse;
* Teilnehmer*Innenzahl ist begrenzt.

Stand: 09.02.2026

Legende: Keine Angabe: Neu- und Wiedereinsteiger*innen sowie Fortgeschrittene; **1:** Neu- und Wiedereinsteiger*innen, geringe Intensität, keine Vorkenntnisse; **2:** Fortgeschrittene Anfänger*innen mittlere Intensität, Grundkenntnisse; **3:** Fortgeschrittene, hohe Intensität, vertiefte Grundkenntnisse; * Teilnehmer*innenanzahl ist begrenzt.

Reguäre Kurszeit beträgt 50 Minuten. Abweichungen sind im Gymplan ersichtlich.

Alle Angaben ohne Gewähr. Änderungen vorbehalten!

Halle, Center Berliner Tor

Stand: 09.02.2026

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	
-Vermietet -		-Vermietet -	-Vermietet -		/ / /	/ / /	
					/ / /	/ / /	
	Badminton* 10:00 Ulf K. 80 Minuten	Solidaritätskurs Inline-/ Roller Skaten 10:00 Kirsten W. 110 Minuten	-Vermietet -	Solidaritätskurs Badminton* 10:00 Ulf K. 80 Minuten	Solidaritätskurs Inline-/ Roller Skaten & Technik 10:00 Daria K. 80 Minuten	Inline-/ Roller Hockey 10:00 Markus K. 80 Minuten	
				-Vermietet-	Inline-/ Roller Skaten für Familien 11:30 Daria K. 80 Minuten	Inline-/ Roller Skaten für Familien 11:30 Markus K. 80 Minuten	
		-Vermietet -		Volleyball 13:00 Phillip B. 80 Minuten	Badminton* 13:00 Jens B. 80 Minuten Björn E. 80 Minuten	Volleyball 1 13:00 Matin M. 80 Minuten	
						Badminton* 14:30 Jens B. 80 Minuten Björn E. 80 Minuten	Volleyball 2 14:30 Matin M. 80 Minuten
		Badminton 1* Technik 15:30 Torsten S. 80 Minuten			Volleyball 16:00 Matin M. 80 Minuten		
	Badminton Kids & Teens 16:30 Torsten S. 80 Minuten	Solidaritätskurs Fußball Kids & Teens 10 - 13 Jahre 16:30 Torsten S. 80 Minuten	Badminton Kids & Teens 9 - 14 Jahre 16:30 Torsten S. 80 Minuten	Fußball Kids & Teens 6 - 9 Jahre 16:30 Wolfgang P. 80 Minuten Daniel J. 80 Minuten	Fußball 16:00 Ralf T. 80 Minuten		
	Badminton 2* 18:00 Torsten S. 110 Minuten	Tough Class 18:30 Frederik J. 80 Minuten Annika B. 80 Minuten	Tough Class 18:30 Agata W. 80 Minuten	Tough Class 18:30 Mustapha B. 80 Minuten	Badminton* 18:00 Haci B. 110 Minuten	Longboard Dance** 17:30 Sergej S. 110 Minuten	Badminton* 18:00 Kayo H. 110 Minuten
Inline-/ Roller Skaten & Technik 20:00 Kai E. 110 Minuten	Badminton* 20:00 Reinhold V. 110 Minuten	Solidaritätskurs Inline-/ Roller Hockey 20:00 Markus K. 110 Minuten	Badminton* 20:00 Dieter K. 110 Minuten	Inline-/ Roller Skaten & Technik 20:00 Markus K. 110 Minuten	/ / /	Solidaritätskurs Floorball 20:00 Melvin M. 80 Minuten	

Legende: Keine Angabe: Neu- und Wiedereinsteiger*Innen sowie Fortgeschrittene; **1:** Neu- und Wiedereinsteiger*Innen, geringe Intensität, keine Vorkenntnisse;
2: Fortgeschrittene Anfänger*Innen mittlere Intensität, Grundkenntnisse; **3:** Fortgeschrittene, hohe Intensität, vertiefte Grundkenntnisse;
 * Teilnehmer*Innenzahl ist begrenzt. **Ausfall an jeden 1. Samstag im Monat

Reguläre Kurszeit beträgt 50 Minuten. Abweichungen sind im Gymplan ersichtlich.

Alle Angaben ohne Gewähr. Änderungen vorbehalten!