

# Gym 1, Center Berliner Tor

Stand: 08.05.2026

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	<b>Rücken Power</b>					
<b>ZUMBA® Fitness</b> Carla B. 10:45	Sandra H. 10:00 <b>Bodyfit</b>				<b>Bodyfit</b> Christian R. Sarah S. 10:45	
	Sandra H. 11:00				<b>Kraftfit*</b> Christian R. Sarah S. 11:45	
		<b>CBW</b> Marcus K. 12:45				
	<b>Kraftfit*</b> Tanja N. 13:45					<b>Kraftfit*</b> Tanja N. 13:45
	<b>Bodyfit</b> Tanja N. 14:45	<b>ZUMBA® Fitness</b> Celeste C. 14:45		<b>Line Dance 1</b> Kirsten B. 14:45	<b>Solidaritätskurs CBW</b> Beate B.-E. 14:45	<b>Fatburner</b> Tanja N. 14:45
<b>ZUMBA® Fitness</b> Yair P. 15:45				<b>Line Dance 2</b> Kirsten B. 15:45	<b>Kraftfit*</b> Beate B.-E. 15:45	<b>Hula-Hoop Workout*</b> Tanja N. 15:45
	<b>BBRP</b> Frank K. 16:45	<b>BBRP</b> Olqa F. 16:45	<b>DynamicTrain(R)ing / FASZIO®</b> Heike O. 16:15 80 Minuten	<b>Solidaritätskurs Line Dance 3</b> Kirsten B. 16:45	<b>Step Fatburner</b> Beate B.-E. 16:45 80 Minuten	
<b>Fatburner</b> Steffi D. Fellina M. 17:45	<b>CBW</b> Frank K. 17:45	<b>Rücken Power</b> Olqa F. 17:45	<b>Zum-Dance</b> Joaquim R. 17:45	<b>Step Fatburner</b> Tanja N. 17:45		
<b>Fit Fight</b> Justyna K. 18:45	<b>Fit Fight Kombi</b> Justyna K. 18:45	<b>SALSATION®</b> Jenny M. 18:45	<b>BBRP</b> Olaf B. 18:45	<b>Kraftfit*</b> Randy M. 18:45		
<b>twerXout® Nur für Frauen</b> Patricia V. 19:45	<b>ZUMBA® Fitness</b> Hatice G. 19:45		<b>Kraftfit*</b> Olaf B. 19:45			
				<b>Bachata</b> 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: 08.05.2026

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
<b>CBW</b> <i>Anja R. 10:00</i>	<b>DynamicTrain(R)ing / FASZIO®</b> <i>Heike O. 10:00 80 Minuten</i>	<b>Physio Fitness</b> <i>Erma W. 10:30</i>	<b>Kraftfit*</b> <i>Marcus K. 10:30</i>		<b>BRRP</b> <i>Vanessa B. 10:30</i>	
	<b>Best Age Fitness</b> <i>Heike O. 11:30</i>	<b>Best Age Fitness</b> <i>Erma W. 11:30</i>	<b>Fatburner</b> <i>Marcus K. 11:30</i>		<b>Dance 'n Fitness</b> <i>Vanessa B. 11:30</i>	<b>BRRP</b> <i>Carmen P. Shafagh D. 11:30</i>
					<b>Step 3</b> <i>Andrea R. 12:30</i>	
				<b>Kraftfit*</b> <i>Shadi S. 13:30</i>		<b>ZUMBA® Fitness</b> <i>Francine D. 13:30</i>
				<b>Solidaritätskurs Bodyfit</b> <i>Shadi S. 14:30</i>	<b>Kung Fu 1 / 2</b> <i>Mahmood Y. 14:30 110 Minuten</i>	
<b>Solidaritätskurs Krav Maga</b> <i>Martin V. 15:30</i>						
<b>Solidaritätskurs Kickboxen</b> <i>Martin V. 16:30</i>		<b>Solidaritätskurs Kraftfit*</b> <i>Shadi S. 16:30 ab 03.06.</i>	<b>Kraftfit*</b> <i>Nuriye D. 16:30</i>		<b>Afrobeat</b> <i>Carina H. 16:30</i>	
<b>Step 2</b> <i>Carmen J. 17:30</i>	<b>Rücken Power</b> <i>Christine B. 17:30</i>	<b>Solidaritätskurs CBW</b> <i>Gundi D. 17:30</i>	<b>Bodyfit</b> <i>Nuriye D. 17:30</i>	<b>Hip Hop</b> <i>Aqata W. 17:30</i>		<b>-Vermietet-</b>
<b>BBRP</b> <i>Carmen J. 18:30</i>	<b>BBRP</b> <i>Nuriye D. 18:30</i>	<b>Bodyfit</b> <i>Gundi D. 18:30</i>	<b>ZUMBA® Fitness</b> <i>Hatice G. 18:30</i>			
<b>Solidaritätskurs SALSATION®</b> <i>Jenny M. 19:30</i>	<b>Step Fatburner</b> <i>Nuriye D. 19:30</i>		<b>Dance 'n Strip</b> <i>Ella B. 19:30</i>	<b>-Vermietet-</b>		
					///	

**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/angebotssuche>



# Gym 4, Center Berliner Tor

Stand: 08.05.2026

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	
			<b>Pilates</b> <i>Petra P.</i> 10:15		<b>Aus- und Fortbildung / Special</b>	<b>Aus- und Fortbildung / Special</b>	
				<b>ZUMBA® Fitness</b> <i>Carla B.</i> 10:45			
			<b>CBW</b> <i>Alana F.</i> 12:15				
	<b>-Vermietet-</b> 13:00 - 14:00		<b>Fit Fight</b> <i>Alana F.</i> 13:15				
		<b>Dance 4 Kids</b> 3-5 Jahre <i>Lira M.</i> <i>Carolyn C.</i> 15:15					
		<b>Kindertanz/ Ballett</b> 6-8 Jahre <i>Lira M.</i> <i>Carolyn C.</i> 16:15					
	<b>twerXout®</b> Nur für Frauen <i>Patricia V.</i> 17:30	<b>Solidaritätskurs</b> <b>Pilates</b> <i>Harald Z.</i> 17:15		<b>Fit Fight Kombi</b> <i>Randy M.</i> 17:15			
	<b>Tanztechnik</b> <b>Standart / Latein</b> für Paare <i>Jian H.</i> 18:30 110 Minuten	<b>ZUMBA® Fitness</b> <i>Mohammed D.</i> 18:15	<b>Modern Dance</b> <i>Giorgia V.</i> 18:15				<b>Salsa Cubana 1</b> für Paare <i>Jean-Tony S.</i> <i>Laura P.</i> 17:15
		<b>Salsa Dance</b> <i>Mohammed D.</i> 19:15	<b>Tango Argentino 1</b> für Paare und Singles wechselnd 19:15	<b>Ballett 2</b> <i>Katrin P.-B.</i> 19:15			<b>Salsa Cubana 2</b> für Paare <i>Jean-Tony S.</i> <i>Laura P.</i> 18:15
		<b>Contemporary Dance</b> <i>Giorgia V.</i> 20:15 80 Minuten	<b>Tango Argentino 2</b> + Practika für Paare und Singles wechselnd 20:15 80 Minuten	<b>Jazz Dance 2</b> <i>Katrin P.-B.</i> 20:15 80 Minuten			<b>Salsa Rueda</b> für Paare <i>Jean-Tony S.</i> <i>Laura P.</i> 19:15

**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.

# Halle, Center Berliner Tor

Stand: 08.05.2026

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
<b>- Vermietet -</b>	<b>Badminton*</b>	<b>Solidaritätskurs Inline-/ Roller Skaten</b>	<b>- Vermietet -</b>	<b>Solidarittskurs Badminton*</b>	<b>Solidarittskurs Inline-/ Roller Skaten &amp; Technik</b>	<b>Inline-/ Roller Hockey</b>
	10:00 Ulf K. <b>80 Minuten</b>	10:00 Kirsten W. <b>80 Minuten</b>		10:00 Ulf K. <b>80 Minuten</b>	10:00 Darja K. <b>80 Minuten</b>	10:00 Markus K. <b>80 Minuten</b>
	<b>- Vermietet -</b>	<b>- Vermietet -</b>		<b>Inline-/ Roller Skaten fr Familien</b>	<b>Inline-/ Roller Skaten fr Familien</b>	
	<b>- Vermietet -</b>	<b>- Vermietet -</b>		11:30 Darja K. <b>80 Minuten</b>	11:30 Markus K. <b>80 Minuten</b>	
	<b>Badminton 1* Technik</b>	<b>Badminton*</b>		<b>Volleyball</b>	<b>Badminton*</b>	<b>Volleyball 1</b>
15:30 Torsten S. <b>80 Minuten</b>	13:00 Phillip B. <b>80 Minuten</b>	13:00 Jens B. <b>80 Minuten</b>	13:00 Bjrn E. <b>80 Minuten</b>	13:00 Matin M. <b>80 Minuten</b>		
<b>Badminton Kids &amp; Teens bis 16 Jahre</b>	<b>Solidarittskurs Fuball Kids &amp; Teens 10 - 13 Jahre</b>	<b>Badminton Kids &amp; Teens 9 - 14 Jahre</b>	<b>Fuball Kids &amp; Teens 6 - 9 Jahre</b>	<b>Pickleball Neu!</b>	<b>Badminton*</b>	<b>Volleyball 2</b>
16:30 Torsten S. <b>80 Minuten</b>	16:30 Torsten S. <b>80 Minuten</b>	16:30 Torsten S. <b>80 Minuten</b>	16:00 Ralf T. <b>80 Minuten</b>	14:30 Ralf T. <b>80 Minuten</b>	14:30 Jens B. <b>80 Minuten</b>	14:30 Matin M. <b>80 Minuten</b>
<b>Badminton 2*</b>	<b>Tough Class</b>	<b>Tough Class</b>	<b>Tough Class</b>	<b>Fuball</b>	<b>Volleyball</b>	<b>Longboard Dance**</b>
17:00 Torsten S. <b>80 Minuten</b>	17:00 Torsten S. <b>80 Minuten</b>	17:00 Wolfgang P. <b>80 Minuten</b>	17:00 Daniel J. <b>80 Minuten</b>	16:00 Ralf T. <b>80 Minuten</b>	16:00 Matin M. <b>80 Minuten</b>	
18:00 Torsten S. <b>110 Minuten</b>	18:30 Frederik J. <b>80 Minuten</b>	18:30 Annika B. <b>80 Minuten</b>	18:30 Agata W. <b>80 Minuten</b>	18:30 Mustapha B. <b>80 Minuten</b>	18:00 Haci B. <b>110 Minuten</b>	17:30 Sergej S. <b>110 Minuten</b>
<b>Inline-/ Roller Skaten &amp; Technik</b>	<b>Badminton*</b>	<b>Solidarittskurs Inline-/ Roller Hockey</b>	<b>Badminton*</b>	<b>Inline-/ Roller Skaten &amp; Technik</b>	// // //	<b>Badminton*</b>
20:00 Kai E. <b>110 Minuten</b>	20:00 Reinhold V. <b>110 Minuten</b>	20:00 Markus K. <b>110 Minuten</b>	20:00 Dieter K. <b>110 Minuten</b>	20:00 Markus K. <b>110 Minuten</b>	20:00 Kayo H. <b>110 Minuten</b>	20:00 Melvin M. <b>80 Minuten</b>

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

Regure Kurszeit beträgt 50 Minuten. Abweichungen sind im Gymplan ersichtlich.

Alle Angaben ohne Gewähr. Änderungen vorbehalten!