

Gym 1, Center Berliner Tor

Stand: 25.05.2026

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

Gym 2, Center Berliner Tor

Stand: 25.05.2026

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

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 4, Center Berliner Tor

Stand: 25.05.2026

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

Halle, Center Berliner Tor

Stand: 25.05.2026

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	
- Vermietet -	Badminton* 10:00 Ulf K. 80 Minuten	Solidaritätskurs Inline-/ Roller Skaten 10:00 Kirsten W. 80 Minuten	- Vermietet -	Solidaritätskurs Badminton* 10:00 Ulf K. 80 Minuten	Solidaritätskurs Inline-/ Roller Skaten & Technik 10:00 Darja K. 80 Minuten	Inline-/ Roller Hockey 10:00 Markus K. 80 Minuten	
	- Vermietet -	- Vermietet -		Inline-/ Roller Skaten für Familien 11:30 Darja K. 80 Minuten	Inline-/ Roller Skaten für Familien 11:30 Markus K. 80 Minuten		
	- Vermietet -	- 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 1* Technik	Badminton Kids & Teens 15:30 Torsten S. 80 Minuten		Badminton Kids & Teens 9 - 14 Jahre 16:30 Torsten S. 80 Minuten	Pickleball Neu! 14:30 Ralf T. 80 Minuten	Badminton* 14:30 Jens B. 80 Minuten Björn E. 80 Minuten	Volleyball 2 14:30 Matin M. 80 Minuten
	Badminton Kids & Teens bis 16 Jahre 16:30 Torsten S. 80 Minuten	Solidaritätskurs Fußball Kids & Teens 10 - 13 Jahre 17:00 Torsten S. 80 Minuten		Fußball Kids & Teens 6 - 9 Jahre 16:30 Torsten S. 80 Minuten	Fußball 16:00 Ralf T. 80 Minuten	Volleyball 16:00 Matin M. 80 Minuten	
Badminton 2* 18:00 Torsten S. 110 Minuten	Tough Class 17:00 Torsten S. 80 Minuten	Tough Class 17:00 Torsten S. 80 Minuten	Tough Class 17:00 Wolfgang P. 80 Minuten Daniel J. 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 Markus K. 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!