

Kursplan ab Januar 2026 (ab 07.01.) vormittags

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag							
Uhrzeit	Angebot	Datum Start	Uhrzeit	Angebot	Datum Start	Uhrzeit	Angebot	Datum Start	Uhrzeit	Angebot	Datum Start
08:15 bis 09:15 Uhrzeit: 12.01.	PK01/26 Functional Training/ 10x Trainerin: Nicole Raum 1	07:45 bis 08:45 Uhrzeit: 12.01. Trainerin: Yvonne Raum 3	08:30 bis 09:30 Uhrzeit: 25.02. Orthopädischer-REHA-Sport Trainerin: Barbara Raum 3	09:00 bis 10:00 Uhrzeit: 25.02. Standfest & Fit Trainerin: Christa TSV Halle	09:00 bis 10:00 Uhrzeit: 16.01. Trainerin: Yvonne Raum 3						
08:45 bis 09:45 Uhrzeit: 12.01. Trainerin: Anna Raum 3	Beckenbodentraining	09:00 bis 10:00 Uhrzeit: 12.01. Trainerin: Yvonne Raum 3	09:45 bis 10:45 Uhrzeit: 25.02. K07/26 Fitte Faszien Trainerin: Barbara Raum 3	10:00 bis 11:00 Uhrzeit: 25.02. Pilates Trainerin: Christa TSV Halle	10:00 bis 11:00 Uhrzeit: 16.01. Trainerin: Yvonne Raum 2						
09:15 bis 10:15 Uhrzeit: 12.01. Trainerin: Christa TSV Halle	Wirbelsäulengymnastik	09:00 bis 10:00 Uhrzeit: 12.01. Trainerin: Anna Raum 3	09:00 bis 10:00 Uhrzeit: 25.02. Wirbelsäulengymnastik Trainerin: Anna TSV Halle								
10:00 bis 11:00 Uhrzeit: 12.01. Trainerin: Yvonne Raum 2	BodyFit										
09:30 bis 10:30 Uhrzeit: 12.01. Trainerin: Barbara Raum 1	REHA-Sport Gruppe 1										
10:45 bis 11:45 Uhrzeit: 12.01. Trainerin: Barbara Raum 3	REHA-Sport Gruppe 2										

Kein Sportbetrieb an Feiertagen und in den Schulferien, teilweise Feriensportangebot (siehe Ankündigungen).

- Gruppenfitness (Dauerangebot – Teilnahme ohne Anmeldung – nur für Mitglieder)
- Präventionskurs (Anmeldung erforderlich – Angabe Kurs-Nr. und Starttermin) 89,00 € Nicht-Mitglieder, 45,00 € Mitglieder
- REHA-Sport(Kontaktaufnahme über Geschäftsstelle – Teilnahme mit ärztlicher Verordnung)
- Fitnesskurs (Anmeldung erforderlich) Mitglieder 0,00 € / Nicht-Mitglieder: 10x – 65,00 € / 8x – 52,00 € / 6x – 39,00 €
- ZUMBA (Anmeldung erforderlich) Mitglieder 50,00 € / Nicht-Mitglieder 112,50 € für 10x
- Gruppenfitness (Dauerangebot – Anmeldung erforderlich – nur für Mitglieder)

Kursplan ab Januar 2026 (ab 07.01.) nachmittags/abends

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag			
Uhrzeit	Angebot	Datum Start	Uhrzeit	Angebot	Datum Start	Uhrzeit	Angebot	Datum Start	Uhrzeit	Angebot	Datum Start
18:00	4XF Cross Training		17:00	K03/26 Flexibar /10x	13.01.	17:45	Step Aerobic		18:00	Sommer-Walking	16.04.
bis	Trainer: Sammy		bis	Trainerin: Yvonne		bis	Trainerin: Karin		bis	Trainerin: Karin	
19:00	Raum 3		17:45	Raum 3		19:00	TSV Halle		19:30	Treffpunkt Stadion	
18:00	Step Aerobic		18:00	Pilates		18:45	RückenFit		14:30	Winter-Walking	15.01.
bis	Trainerin: Katrin		bis	Trainerin: Yvonne		bis	Trainerin: Yvonne		bis	Trainerin: Karin	
19:00	TSV Halle		19:00	TSV Halle		19:45	Raum 3		16:30	Treffpunkt Stadion	
19:05	K02/26 Tabata/ 10x	12.01.	18:00	Walking	31.03.	19:00	Balance Swing		18:00	K04/26 ZUMBA / 10x	15.01.
bis	Trainerin: Michaela		bis	Trainerin: Annette		bis	Trainerin: Kathrin		bis	Trainerin: Sabrina	
19:50	TSV Halle		19:15	Treffpunkt Stadion		20:00	Raum 2		19:00	TSV Halle	
19:15	Hanbo-Jutsu		19:00	Fitness-Boxen Frauen Ü30		20:00	4XF Cross Training		18:00	REHA-Sport	
bis	Trainer: Roland		bis	Trainer: Slawa		bis	Trainer: Sammy		bis	Trainerin: Barbara	
20:45	Raum 2		20:30	Raum 1		21:00	Raum 3		19:00	Raum 2	
20:00	Pilates		19:10	Fit & vital bis ins hohe Alter					19:00	PK02/26 Trainiert und bewegt von	12.02.
bis	Trainerin: Marietta		bis	Trainerin: Anna					bis	Kopf bis Fuß / 10x	
21:00	Raum 3		20:10	TSV Halle					20:00	Trainerin: Csilla, Raum 2	
									19:00	Fitness-Boxen Frauen Ü30	
									bis	Trainer: Slawa	
									20:30	Raum 1	

Kein Sportbetrieb an Feiertagen und in den Schulferien, teilweise Feriensportangebot (siehe Ankündigungen).