

Kursplan ab September 2026 (ab 15.09.) vormittags

Montag			Dienstag			Mittwoch			Donnerstag			Freitag		
Uhr-zeit	Angebot	Datum Start	Uhr-zeit	Angebot	Datum Start	Uhr-zeit	Angebot	Datum Start	Uhr-zeit	Angebot	Datum Start	Uhr-zeit	Angebot	Datum Start
08:15 bis 09:15	PK06/26 Functional Training / 10x	28.09.	07:45 bis 08:45	Balance Swing Trainerin: Yvonne		08:30 bis 09:30	REHA-Sport Gruppe 3 Trainerin: Barbara		09:00 bis 10:00	Standfest & Fit Trainerin: Christa	01.10.	09:00 bis 10:00	Pilates Trainerin: Yvonne	
	Sportbox, Raum 1			Sportbox, Raum 3			Sportbox, Raum 3			TSV Halle			Sportbox, Raum 3	
08:45 bis 09:45	Beckenbodentraining Trainerin: Anna		07:45 bis 08:45	PK07/26 Beckenbodentrng / 10x Trainerin: Anna	29.09.	09:45 bis 10:30	K15/26 Fitte Faszien / 10x Trainerin: Barbara	30.09.	10:00 bis 11:00	Pilates für fortgeschr. Anfänger Trainerin: Christa	01.10.	10:00 bis 11:00	K16/26 Yoga/ 10x Trainerin: Yvonne	02.10.
	Sportbox, Raum 3			TSV Halle			Sportbox, Raum 3			TSV Halle			Sportbox, Raum 2	
09:15 bis 10:15	Wirbelsäulengymnastik Trainerin: Christa		09:00 bis 10:00	Pilates Trainerin: Yvonne										
	TSV Halle			Sportbox, Raum 3										
10:00 bis 11:00	BodyFit Trainerin: Yvonne		09:00 bis 10:00	Wirbelsäulengymnastik Trainerin: Anna										
	Sportbox, Raum 2			TSV Halle										
09:30 bis 10:30	REHA-Sport Gruppe 1 Trainerin: Barbara													
	Sportbox, Raum 1													
10:45 bis 11:45	REHA-Sport Gruppe 2 Trainerin: Barbara													
	Sportbox, Raum 3													
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 €/ 8 x – 52,00 €/ 6 x – 39,00 €
- ZUMBA (Anmeldung erforderlich) Mitglieder 50,00 € / Nicht-Mitglieder 112,50 € für 10x
- Gruppenfitness (Dauerangebot – Anmeldung erforderlich – nur für Mitglieder)

Kursplan ab September 2026 (ab 15.09.) nachmittags/abends

Montag			Dienstag			Mittwoch			Donnerstag			Freitag		
Uhr-zeit	Angebot	Datum Start	Uhr-zeit	Angebot	Datum Start	Uhr-zeit	Angebot	Datum Start	Uhr-zeit	Angebot	Datum Start	Uhr-zeit	Angebot	Datum Start
18:00 bis 19:00	4XF Cross Training Trainer: Sammy Sportbox, Raum 3		17:00 bis 17:45	K18/26 Flexibar /10x Trainerin: Yvonne Sportbox, Raum 3	29.09.	17:45 bis 19:00	Step Aerobic Trainerin: Karin TSV Halle		18:00 bis 14.30	bis 19.30 Sommer-Walking bis 16.30 Winter-Walking Trainerin: Karin,Treffpunkt Stadion	02.04. 29.10.			
18:00 bis 19:00	Step Aerobic Trainerin: Katrin / Michaela TSV Halle		18:00 bis 19:00	Pilates Trainerin: Yvonne TSV Halle		18:45 bis 19:45	RückenFit Trainerin: Yvonne Sportbox, Raum 3		18:00 bis 19:00	K19/26 ZUMBA / 10x Trainerin: Sabrina TSV Halle	01.10.	18:30 bis 19:30	K20/26 Hatha-Yoga für Anf. / 10x Trainerin: Stefanie Sportbox, Raum 3	02.10.
19:05 bis 19:50	K17/26 Tabata/ 10x Trainerin: Michaela TSV Halle	28.09.	19:00 bis 20:30	Fitness-Boxen Frauen Ü30 Trainerin: Slawa Sportbox, Raum 1		19:00 bis 20:00	Balance Swing Trainerin: Kathrin Sportbox, Raum 2		18:00 bis 19:00	REHA-Sport Gruppe 4 Trainerin: Barbara Sportbox, Raum 2		19:45 bis 20:45	Tai Chi Trainer: Daniel Sportbox, Raum 2 & 3	
19:15 bis 20:45	Hanbo-Jutsu Trainer: Roland Sportbox, Raum 2		19:10 bis 20:10	Fit & vital bis ins hohe Alter Trainer: Anna TSV Halle		20:00 bis 21:00	4XF Cross Training Trainer: Sammy Sportbox, Raum 3		19:00 bis 20:00	PK08/26 Trainiert und bewegt von Kopf bis Fuß / 10x Trainerin: Csilla, Sportbox,Raum 2	01.10.			
20:00 bis 21:00	Pilates Trainerin: Marietta Sportbox, Raum 3								19:15 bis 20:15	REHA-Herzsport Gruppe Trainer: Barbara TSV Halle				
									19:00 bis 20:30	Fitness-Boxen Frauen Ü30 Trainer: Slawa Sportbox, Raum 1				

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