

MONTAG
30.03.2026

DIENSTAG
31.03.2026

MITTWOCH
01.04.2026

DONNERSTAG
02.04.2026

FREITAG
03.04.2026

SAMSTAG
04.04.2026

SONNTAG
05.04.2026

BOXING/HIIT
07:00 - 13:00 UHR
15:00 - 18:00 UHR
19:00 - 20:00 UHR

BOXING/HIIT
07:00 - 13:00 UHR
15:00 - 18:00 UHR
19:00 - 20:00 UHR

BOXING/HIIT
07:00 - 13:00 UHR
15:00 - 18:00 UHR
19:00 - 20:00 UHR

BOXING/HIIT
07:00 - 13:00 UHR
15:00 - 18:00 UHR
19:00 - 20:00 UHR

GESCHLOSSEN

BOXING/HIIT
09:00 - 18:00 UHR

GESCHLOSSEN

MIXED CLASS
10:00 - 11:00 UHR
SOPHIA

EARLY BIRD
07:00 - 08:00 UHR
MARK

PILATES
07:30 - 08:30 UHR
YUAN

PILATES
8:30 - 09:30 UHR
YUAN

90'S TRANCE RIDE
11:00 - 12:00 UHR
CHRISTIAN

HATHA YOGA
11:00 - 12:00 UHR
LIA

MIXED CLASS
09:00 - 10:00 UHR
MARK

CYCLING FTP-TEST
18:00 - 19:00 UHR
SOPHIA

START CYCLING
17:00 - 18:00 UHR
CHRISTIAN

STRETCH & RELAX
12:00 - 13:00 UHR
BIANCA

PILATES
17:00 - 18:00 UHR
CLAUDIA

HATHA YOGA
10:00 - 11:00 UHR
LIA

BOX BASICS
BOXING SCHOOL
18:00 - 19:00 UHR

POWER PILATES
18:00 - 19:00 UHR
YUAN

PILATES
17:00 - 18:00 UHR
YUAN

POWER PILATES
18:00 - 19:00 UHR
JESSI

PILATES
17:00 - 18:00 UHR
YUAN

POWER YOGA
19:00 - 20:00 UHR
NICOLE

BURN CALORIES
18:00 - 19:00 UHR
CHRISTIAN

CYCLING SPECIAL
TOMAHAWK RIDE
18:00 - 19:00 UHR
MARK

BURN CALORIES
18:00 - 19:00 UHR
SOPHIA

BOX BASICS
FOOTWORK
18:00 - 19:00 UHR

BOX BASICS
SPARRING DRILLS
18:00 - 19:00 UHR

VINYASA FLOW SPECIAL
ARMKRAFT &
BALANCE
19:00 - 20:00 UHR
NICOLE

STRETCH & RELAX
RÜCKENMOBILITÄT
19:00 - 20:00 UHR
NICOLE

STRETCH & RELAX
19:00 - 20:00 UHR
NICOLE

MONTAG
06.04.2026

DIENSTAG
07.04.2026

MITTWOCH
08.04.2026

DONNERSTAG
09.04.2026

FREITAG
10.04.2026

SAMSTAG
11.04.2026

SONNTAG
12.04.2026

GESCHLOSSEN

BOXING/HIIT
07:00 - 13:00 UHR
15:00 - 18:00 UHR
19:00 - 20:00 UHR

PILATES
08:00 - 09:00 UHR
YUAN

LUNCH BREAK
VIRTUAL RIDE
12:00 - 12:30/45 UHR

POWER PILATES
17:00 - 18:00 UHR
YUAN

BOX BASICS
BALANCE &
COORDINATION
18:00 - 19:00 UHR

YOGA
19:00 - 20:00 UHR
NICOLE

BOXING/HIIT
07:00 - 13:00 UHR
15:00 - 18:00 UHR
19:00 - 20:00 UHR

PILATES
07:30 - 08:30 UHR
YUAN

MIXED CLASS
08:00 - 09:00 UHR
CHRISTIAN

LUNCH BREAK
VIRTUAL RIDE
12:00 - 12:30/45 UHR

CLIMB
18:00 - 19:00 UHR
SOPHIA

BOX BASICS
DISTANCE
MANAGEMENT
18:00 - 19:00 UHR

POWER YOGA
19:00 - 20:00 UHR
NICOLE

BOXING/HIIT
07:00 - 13:00 UHR
15:00 - 18:00 UHR
19:00 - 20:00 UHR

PILATES
08:30 - 09:30 UHR
YUAN

LUNCH BREAK
VIRTUAL RIDE
12:00 - 12:30/45 UHR

START CYCLING
17:00 - 18:00 UHR
CHRISTIAN

POWER PILATES
FLEX & STRETCH
18:00 - 19:00 UHR
YUAN

BURN CALORIES
18:00 - 19:00 UHR
CHRISTIAN

BOX BASICS
REACTION DRILLS
18:00 - 19:00 UHR

STRETCH & RELAX
19:00 - 20:00 UHR
NICOLE

BOXING/HIIT
07:00 - 13:00 UHR
15:00 - 20:00 UHR

MIXED CLASS
08:00 - 09:00 UHR
CHRISTIAN

POWER YOGA
09:00 - 10:00 UHR
NICOLE

LUNCH BREAK
VIRTUAL RIDE
12:00 - 12:30/45 UHR

REKOM RIDE
17:00 - 18:00 UHR
MICHA

YIN YOGA
18:00 - 19:00 UHR
NICOLE

START YOGA
19:00 - 20:00 UHR
NICOLE

BOXING/HIIT
09:00 - 18:00 UHR

MIXED CLASS
11:00 - 12:00 UHR
MICHA

FASZIENTRAINING
BODY RESET
12:00 - 13:00 UHR
MICHA

CLIMB
16:00 - 17:00 UHR
MICHA

PILATES
17:00 - 18:00 UHR
CLAUDIA

BOXING/HIIT
09:00 - 18:00 UHR

SPRINT
10:00 - 11:00 UHR
MICHA

STRETCH & RELAX
11:00 - 12:00 UHR
MICHA

PILATES
15:00 - 16:00 UHR
JESSI

MIXED CLASS
16:00 - 17:00 UHR
SOPHIA

POWER PILATES
BEATS & BURN
17:00 - 18:00 UHR
JESSI

MONTAG
13.04.2026

DIENSTAG
14.04.2026

MITTWOCH
15.04.2026

DONNERSTAG
16.04.2026

FREITAG
17.04.2026

SAMSTAG
18.04.2026

SONNTAG
19.04.2026

BOXING/HIIT
07:00 - 13:00 UHR
15:00 - 18:00 UHR
19:00 - 20:00 UHR

BOXING/HIIT
07:00 - 13:00 UHR
15:00 - 18:00 UHR
19:00 - 20:00 UHR

BOXING/HIIT
07:00 - 13:00 UHR
15:00 - 18:00 UHR
19:00 - 20:00 UHR

BOXING/HIIT
07:00 - 13:00 UHR
15:00 - 18:00 UHR
19:00 - 20:00 UHR

BOXING/HIIT
07:00 - 13:00 UHR
15:00 - 20:00 UHR

BOXING/HIIT
09:00 - 18:00 UHR

BOXING/HIIT
09:00 - 18:00 UHR

MIXED CLASS
07:00 - 08:00 UHR
CHRISTIAN

EARLY BIRD
VIRTUAL RIDE
07:00 - 07:30/45 UHR

PILATES
07:30 - 08:30 UHR
YUAN

EARLY BIRD
VIRTUAL RIDE
07:00 - 07:30/45 UHR

MIXED CLASS
08:00 - 09:00 UHR
MARK

MIXED CLASS
11:00 - 12:00 UHR
MARK

CYCLING FTP-TEST
10:00 - 11:00 UHR
SOPHIA

LUNCH BREAK
VIRTUAL RIDE
12:00 - 12:30/45 UHR

PILATES
08:00 - 09:00 UHR
YUAN

MIXED CLASS
08:00 - 09:00 UHR
MARK

PILATES
08:30 - 09:30 UHR
YUAN

POWER YOGA
09:00 - 10:00 UHR
LIA

STRETCH & RELAX
12:00 - 13:00 UHR
BIANCA

YIN YOGA
11:00 - 12:00 UHR
LIA

START CYCLING
17:00 - 18:00 UHR
MARK

LUNCH BREAK
VIRTUAL RIDE
12:00 - 12:30/45 UHR

LUNCH BREAK
VIRTUAL RIDE
12:00 - 12:30/45 UHR

LUNCH BREAK
VIRTUAL RIDE
12:00 - 12:30/45 UHR

LUNCH BREAK
VIRTUAL RIDE
12:00 - 12:30/45 UHR

CLIMB
16:00 - 17:00 UHR
SOPHIA

PILATES
15:00 - 16:00 UHR
JESSI

IBIZA BEATS RIDE
18:00 - 19:00 UHR
MARK

POWER PILATES
17:00 - 18:00 UHR
YUAN

CLIMB
18:00 - 19:00 UHR
SOPHIA

POWER PILATES
18:00 - 19:00 UHR
YUAN

START CYCLING
16:00 - 17:00 UHR
SOPHIA

PILATES
STRONG POSTURE
17:00 - 18:00 UHR
YUAN

MIXED CLASS
16:00 - 17:00 UHR
MARK

BOX BASICS
PADWORK
18:00 - 19:00 UHR

BURN CALORIES
18:00 - 19:00 UHR
MARK

BOX BASICS
CONDITIONING
18:00 - 19:00 UHR

BURN CALORIES
18:00 - 19:00 UHR
MARK

SWISS MOUNTAIN RIDE
17:00 - 18:00 UHR
SOPHIA

START PILATES
16:00 - 17:00 UHR
JESSI

STRETCH & RELAX
19:00 - 20:00 UHR
LIA

BOX BASICS
STRENGTH
18:00 - 19:00 UHR

POWER YOGA
19:00 - 20:00 UHR
LIA

CYCLES & CYMBALS
18:00 - 19:00 UHR
SOPHIA

YIN YOGA
18:00 - 19:00 UHR
LIA

POWER PILATES
17:00 - 18:00 UHR
JESSI

YOGA
19:00 - 20:00 UHR
LIA

BOX BASICS
SHADOWBOXING
18:00 - 19:00 UHR

STRETCH & RELAX
19:00 - 20:00 UHR
LIA

MONTAG
20.04.2026

DIENSTAG
21.04.2026

MITTWOCH
22.04.2026

DONNERSTAG
23.04.2026

FREITAG
24.04.2026

SAMSTAG
25.04.2026

SONNTAG
26.04.2026

BOXING/HIIT
07:00 - 13:00 UHR
15:00 - 18:00 UHR
19:00 - 20:00 UHR

BOXING/HIIT
07:00 - 13:00 UHR
15:00 - 18:00 UHR
19:00 - 20:00 UHR

BOXING/HIIT
07:00 - 13:00 UHR
15:00 - 18:00 UHR
19:00 - 20:00 UHR

BOXING/HIIT
07:00 - 13:00 UHR
15:00 - 18:00 UHR
19:00 - 20:00 UHR

BOXING/HIIT
07:00 - 13:00 UHR
15:00 - 20:00 UHR

BOXING/HIIT
09:00 - 18:00 UHR

BOXING/HIIT
09:00 - 18:00 UHR

MIXED CLASS
07:00 - 08:00 UHR
CHRISTIAN

PILATES
08:00 - 09:00 UHR
YUAN

PILATES
07:30 - 08:30 UHR
YUAN

PILATES
08:30 - 09:30 UHR
YUAN

MIXED CLASS
08:00 - 09:00 UHR
SOPHIA

MIXED CLASS
11:00 - 12:00 UHR
MARK

SPRINT
10:00 - 11:00 UHR
SOPHIA

LUNCH BREAK
VIRTUAL RIDE
12:00 - 12:30/45 UHR

LUNCH BREAK
VIRTUAL RIDE
12:00 - 12:30/45 UHR

MIXED CLASS
08:00 - 09:00 UHR
MARK

LUNCH BREAK
VIRTUAL RIDE
12:00 - 12:30/45 UHR

POWER YOGA
09:00 - 10:00 UHR
LIA

STRETCH & RELAX
12:00 - 13:00 UHR
NICOLE

YIN YOGA
11:00 - 12:00 UHR
LIA

START CYCLING
17:00 - 18:00 UHR
MARK

POWER PILATES
17:00 - 18:00 UHR
YUAN

LUNCH BREAK
VIRTUAL RIDE
12:00 - 12:30/45 UHR

START CYCLING
17:00 - 18:00 UHR
CHRISTIAN

LUNCH BREAK
VIRTUAL RIDE
12:00 - 12:30/45 UHR

CLIMB
16:00 - 17:00 UHR
SOPHIA

PILATES
15:00 - 16:00 UHR
JESSI

90'S RIDE
18:00 - 19:00 UHR
MARK

BURN CALORIES
18:00 - 19:00 UHR
MARK

CLIMB
18:00 - 19:00 UHR
SOPHIA

POWER PILATES
18:00 - 19:00 UHR
YUAN

START CYCLING
16:00 - 17:00 UHR
MICHA

PILATES
17:00 - 18:00 UHR
CLAUDIA

MIXED CLASS
16:00 - 17:00 UHR
SOPHIA

BOX BASICS
DEFENSE
18:00 - 19:00 UHR

BOX BASICS
HEAD MOVEMENT &
SLIPPING
18:00 - 19:00 UHR

BOX BASICS
COUNTER PUNCHING
18:00 - 19:00 UHR

BURN CALORIES
18:00 - 19:00 UHR
CHRISTIAN

LATIN RIDE
17:00 - 18:00 UHR
MICHA

POWER PILATES
17:00 - 18:00 UHR
JESSI

STRETCH & RELAX
19:00 - 20:00 UHR
LIA

YOGA
19:00 - 20:00 UHR
LIA

POWER YOGA
19:00 - 20:00 UHR
LIA

BOX BASICS
CLOSE DISTANCE
18:00 - 19:00 UHR

YOGA
CANDLE LIGHT
YIN YOGA
18:00 - 19:00 UHR
LIA

STRETCH & RELAX
19:00 - 20:00 UHR
NICOLE

START YOGA
19:00 - 20:00 UHR
LIA

MONTAG
27.04.2026

DIENSTAG
28.04.2026

MITTWOCH
29.04.2026

DONNERSTAG
30.04.2026

FREITAG
01.05.2026

SAMSTAG
02.05.2026

SONNTAG
03.05.2026

BOXING/HIIT
07:00 - 13:00 UHR
15:00 - 18:00 UHR
19:00 - 20:00 UHR

BOXING/HIIT
07:00 - 13:00 UHR
15:00 - 18:00 UHR
19:00 - 20:00 UHR

BOXING/HIIT
07:00 - 13:00 UHR
15:00 - 18:00 UHR
19:00 - 20:00 UHR

BOXING/HIIT
07:00 - 13:00 UHR
15:00 - 18:00 UHR
19:00 - 20:00 UHR

MIXED CLASS
07:00 - 08:00 UHR
CHRISTIAN

PILATES
08:00 - 09:00 UHR
YUAN

PILATES
07:30 - 08:30 UHR
YUAN

PILATES
08:30 - 09:30 UHR
YUAN

LUNCH BREAK
VIRTUAL RIDE
12:00 - 12:30/45 UHR

LUNCH BREAK
VIRTUAL RIDE
12:00 - 12:30/45 UHR

MIXED CLASS
08:00 - 09:00 UHR
MICHA

LUNCH BREAK
VIRTUAL RIDE
12:00 - 12:30/45 UHR

START CYCLING
17:00 - 18:00 UHR
MARK

POWER PILATES
17:00 - 18:00 UHR
YUAN

LUNCH BREAK
VIRTUAL RIDE
12:00 - 12:30/45 UHR

START CYCLING
17:00 - 18:00 UHR
CHRISTIAN

ROCK POP RIDE
18:00 - 19:00 UHR
MARK

BURN CALORIES
18:00 - 19:00 UHR
MICHA

CLIMB
18:00 - 19:00 UHR
MICHA

POWER PILATES
18:00 - 19:00 UHR
YUAN

BOX BASICS
BAG WORKOUT
18:00 - 19:00 UHR

BOX BASICS
CORE
18:00 - 19:00 UHR

BOX BASICS
TIMING
18:00 - 19:00 UHR

BURN CALORIES
18:00 - 19:00 UHR
CHRISTIAN

STRETCH & RELAX
19:00 - 20:00 UHR
NICOLE

YOGA
GELENKE & FASZIEN
19:00 - 20:00 UHR
LIA

POWER YOGA
19:00 - 20:00 UHR
LIA

BOX BASICS
SPARRING DRILLS
18:00 - 19:00 UHR

STRETCH & RELAX
19:00 - 20:00 UHR
NICOLE