



Belegungsplan 2023/24

Version: 21.11.2023

| Fitnessraum III (OG) | | | | |
|--|------------------|---|--------------------|---------------------|
| Lüftungspausen zwingend vorgeschrieben! | | | | |
| Tag/Uhrzeit | Zeitraum | Sportgruppe | Halle/Platz | Übungsleiter |
| Montag | | | | |
| 8:45 - 10:15 | ganzjährig | VitaSport: Indoor Cycling | Fitnessraum III | P. Ultsch |
| 19.15 – 20.15 | ganzjährig | VitaSport: IndoorCycling | Fitnessraum III | E. Schadhauer |
| Dienstag | | | | |
| 8:45 - 10:15 | ganzjährig | VitaSport: Pilates 60+ | Fitnessraum III | A. Dasler |
| 16:15 - 17:00 | ab April | Kindersportschule: Kids Dance | Fitnessraum III | L. Kasumacic |
| 17:15 - 18:15 | ab September | VitaSport: Pilates | Fitnessraum III | M. Strasser |
| Mittwoch | | | | |
| 11:45 - 12:45 | ganzjährig | VitaSport: Indoor Cycling | Fitnessraum III | P. Ultsch |
| 16:15 - 17.00 | ganzjährig | VitaSport: Reha Orthopädie | Fitnessraum III | A. Würländer |
| 17:15 - 18:15 | Präventionskurse | VitaSport: Vinyasa Flow (Power Yoga) | Fitnessraum III | S. Herndl |
| 19:15 - 20:30 | ganzjährig | VitaSport: Indoor Cycling | Fitnessraum III | K. Pronold |
| Donnerstag | | | | |
| 16:30 - 17:30 | Präventionskurse | VitaSport: Rücken aktiv | Fitnessraum III | L. Kasumacic |
| 18:00 - 19:00 | Okt. - Mai | VitaSport: Indoor Cycling | Fitnessraum III | M & M Seidl |
| Freitag | | | | |
| 11:00 - 11:45 | ganzjährig | VitaSport: Mobilates | Fitnessraum III | L. Kasumacic |
| 11:45 - 12:45 | Präventionskurse | VitaSport: Hatha Yoga nach Iyengar | Fitnessraum III | D. Beer |
| 15:30 - 17:00 | Nov. - März | Naturfreunde/SVW: Indoor Cycling f. Kids | Fitnessraum III | H. Michalk |
| 18:30 - 20:00 | ganzjährig | VitaSport: Indoor Cycling | Fitnessraum III | S. Dartsch |
| Sonntag | | | | |
| 18:30 - 20:00 | ganzjährig | VitaSport: Indoor Cycling | Fitnessraum III | M & M Seidl |