

Kursplan: Kursraum 2 Aschersleben

20.04.2026 - 26.04.2026

fitnesspark Aschersleben
 Am Spittelsberg 6
 06449 Aschersleben
 03473 222084
 info@fitnesspark-aschersleben.de



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
09:30 - 10:30 Wirbelsäulengymnast...	09:30 - 10:15 Reha	09:30 - 10:30 Bauch, Beine, Po	17:00 - 17:45 Reha	09:30 - 10:30 Fit ins WE		
10:45 - 11:15 Zirkel	14:00 - 14:45 Reha	17:00 - 18:00 Wirbelsäulengymnast...	18:00 - 19:00 Power	10:45 - 11:15 Zirkel		
17:00 - 18:00 Wirbelsäulengymnast...	16:45 - 18:00 Yoga	18:00 - 18:15 Tabata	19:00 - 20:00 Balance	16:15 - 17:15 Fit & Shape		
18:00 - 19:00 Power	18:00 - 19:00 Zumba	18:15 - 19:15 Fit & Shape		17:15 - 18:00 Pilates		
19:00 - 20:00 Bauch, Beine, Po	19:00 - 19:30 Faszien- und Bewegl...	19:15 - 20:00 Rücken Rehafit		18:00 - 18:30 Entspannungstrainin...		
				18:45 - 19:30 CrossX		

- Ausdauer
- Figur
- Gesundheit
- Kraft
- Selbstverteidigu...

Stand: 22.04.2026