

# Kursplan: Kursraum 2 Aschersleben

01.06.2026 - 07.06.2026

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



Montag 01.06.2026	Dienstag 02.06.2026	Mittwoch 03.06.2026	Donnerstag 04.06.2026	Freitag 05.06.2026	Samstag 06.06.2026	Sonntag 07.06.2026
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 Rehaft		18:00 - 18:30 Entspannungstrainin...		
				18:45 - 19:30 CrossX		

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

Stand: 06.06.2026