

KURSPLAN KILLER SPORTS GROSS-ZIMMERN ab 15. Mai 2026

AB DEM 15. MAI STARTEN WIEDER UNSERE AQUA-KURSE. DAFÜR HABEN WIR EINEN SEPARATEN AQUA-PLAN.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Öffnungszeiten: 06.00-23.00 Uhr	Öffnungszeiten: 08.00-23.00 Uhr	Öffnungszeiten: 06.00-23.00 Uhr	Öffnungszeiten: 08.00-23.00 Uhr	Öffnungszeiten: 08.00-23.00 Uhr	Öffnungszeiten: 09.00-21.00 Uhr	Öffnungszeiten: 09.00-21.00 Uhr
09.00 - 10.00 deepWORK® R2 Alex	09.00 - 10.00 Stretch & Relax R2 Nadine	09.00 - 10.00 Balance, Mobility & Kraft R1 Nadine	09.00 - 10.00 Workout meets Faszien R2 Peter	08.30 - 09.30 Fit in den Morgen R2 Monika	10.30 - 11.30 Workout R2 wechselnd	10.00 - 11.00 Workout R2 Alex / Jens
10.00 - 11.00 Cycling CR Simone	10.00 - 11.00 WORLD JUMPING®SOFT R1 Nadine	10.00 - 11.00 Faszientraining R2 Nadine	10.00 - 11.00 JUMPING SOFT R1 Uschi	09.30 - 11.00 Hatha Yoga R2 Monika	11.30 - 12.30 wechselnde Formate siehe APP R1/R2	10.30 - 12.00 Cycling R2 Peter/Klaus
10.00 - 11.00 WORLD JUMPING® R1 Alex	10.00 - 11.30 Hatha Yoga R2 Beate	10.00 - 11.00 Tabata-Cycling CR Klaus	10.00 - 11.30 Jivamukti Yoga R2 Kai	10.00 - 11.15 JUMPING MIX R1 Uschi	12.30 - 14.00 Killer Boot Camp R2 Toni	11.00 - 12.00 Step oder WORLD JUMPING® SOFT** Alex / Jens R2/R1
10.00 - 11.00 RückenFit R2 Sigrid	17.30 - 18.30 Pilates R2 Isa	11.00 - 11.30 Bauchkiller R2 Nadine	11.30 - 12.30 Boxen 50+ R2 Kai	17.00 - 18.00 Reha Basis R2 Kathy		11.00 - 12.30 Vinyasa Yoga* R2 Claudia
11.00 - 12.00 Pilates R2 Alex	18.30 - 19.30 Killer Dance Party R1 Anna	17.00 - 18.30 Yoga R2 Katharina	17.30 - 18.30 Stretch & Relax R2 Nadine	18.00 - 19.00 Zumba® R2 Alicia		
17.30 - 18.30 Heavy Workout R2 Isa	18.30 - 19.30 Cycling CR Miriam	18.30 - 19.30 Workout R2 Jens	18.30 - 19.30 Cycling CR Simone	19.00 - 20.00 Pilates R2 Melina		
18.00 - 19.00 Cycling Einsteiger CR Klaus	18.30 - 19.30 deepWORK® R2 Isa	19.30 - 21.00 Killer Boot Camp R2 Toni	18.30 - 19.30 Workout R2 Nadine			
19.00 - 20.30 Power Cycling CR Klaus	19.30 - 20.30 Step 1 R2 Miriam	19.30 - 20.30 WORLD JUMPING® R1 Jens	18.00 - 19.30 Vinyasa-Yoga R1 Neele			
18.30 - 19.30 RückenFit R2 Alex		19.00 - 20.15 Cycling CR Peter	19.30 - 20.30 Boxfit R2 Thomas			
18.30 - 19.30 WORLD JUMPING® R1 Sandrine						
19.30 - 20.30 Pilates R2 Alex						

■ Kraft & Power
 ■ Vital & Fit
 ■ Body & Mind
■ Cardio
 ■ Dance
 ■ Cycling
■ Best Ager
 ■ wechselnde Kursformate

* Vinyasa Yoga für Fortgeschrittene findet jeden 1. & 3. des Monats statt. Siehe App.
 **findet im Wechsel statt. Siehe App.

R1: Raum 1, R2: Raum 2, CR: Cycling-Raum

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt und abhängig von der Raumgröße. Deshalb ist für jeden Kurs eine Anmeldung ab 24h vor Kursbeginn über unsere App erbeten. Solltest du doch nicht teilnehmen können, melde dich bitte wieder ab, so dass ein anderes Mitglied deinen Platz nutzen kann. Alle Kurse werden 5 Minuten früher vom Trainer beendet, damit genug Zeit zum Lüften bleibt.

KINDERBETREUUNG: Mo., Mi. & Fr.: 08.30 - 12.30 Uhr
 Do.: 08.30 - 12.30 Uhr + 17.00 - 20.00 Uhr
 So.: 10.00 - 13.00 Uhr