

SQ14 OSTERPROGRAMM

Samstag, 28.03.2026 bis Montag, 06.04.2026
An FEIERTAGEN findet KEIN PROGRAMM statt.



- Sparte
- SQ14 Programm Erwachsene
- ★ SQ14 Programm Kids & Teens

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

FREITAG

SAMSTAG

08:15-09:05
PILATES

09:15-10:05
BODYWORK

09:00-10:20
YOGA KUNDALINI

10:30-11:20
ATEM + BALANCE

09:00-09:50
GYM MIX

10:00-10:50
RÜCKENFIT

08:15-09:05
RÜCKENFIT

09:15-10:05
GYM MIX

findet nur am
28.03. statt,
NICHT am 04.04.

09:30-10:50
BBP XXL mit

15:00-15:50
ELTERN-KIND TURNEN

16:30-17:20
STRONG Nation

17:30-18:20
ZUMBA

18:30-19:20
RÜCKENFIT

18:00-19:10
AERIAL YOGA

15:00-15:50
ELTERN-KIND TURNEN

16:00-16:50
KLEINKINDERTURNEN

17:00-17:50
BODYWORK

16:00-16:50
KINDERYOGA

17:00-17:50
YOGA

18:30-19:20
HIIT the Beat

19:30-20:20
BODYWORK

15:00-15:50
KINDERTANZ 6-10 J.

16:00-16:50
KINDERTANZ ab 10 J.

17:00-18:30
JIU JITSU m+w
Neulinge & Fortgeschr.
12-14 J.

18:30-20:30
JIU JITSU m+w
Neulinge &
Fortgeschrittene
ab 15 Jahren

findet am
28.03. UND
04.04. statt

17:30-18:20
ZUMBA

FROHE

Ostern