

SPORT- UND GESUNDHEITSANGEBOTE ERLANGEN

Fitnesskurse

Nach deiner Anmeldung zur Nutzung der Sport- und Freizeitanlage kannst du dich für die Fitnesskurse anmelden.

Für die Teilnahme an den Kursen ist zusätzlich die Zahlung der Jahresgebühr erforderlich.

Bitte beachte, dass anmeldepflichtige Kurse personenbezogen sind und nicht auf andere Personen übertragen werden können. Ein Probetraining ist nicht möglich.

Bei freien Plätzen können Kursplätze auch von Familienangehörigen bzw. Pensionär*innen gebucht werden.

Die Kurse finden je nach Wetterlage im Innen- oder Außenbereich statt (bitte Ortsangaben beachten).



Der unterstrichene Kursname verlinkt zur Kursbeschreibung

Kursname	Kurs-ID	Termine	Uhrzeit	Einheiten	Zielgruppe	Kursort	Gebühren zzgl. Jahresgebühr
<u>Athletik & Funktionelles Ganzkörpertraining</u>	WI25-AFGT-MI1815-1-BS	Mi. 08.10.25 – 25.02.26 (entfällt am 24.12., 31.12.)	18:15 – 19:30	19	F	Sporthalle A, Komotauer Str. 2, ERL / Basketballplatz, Komotauer Str. 2, ERL	76,00 €
<u>Bodyforming</u> NEU	WI25-BF-MI2000-1-MS	Mi. 08.10.25 – 25.02.26 (entfällt am 24.12., 31.12.)	20:00 – 20:45	19	E / F	Raum 301, Komotauer Str. 2, ERL	76,00 €
<u>Bootcamp</u> NEU	WI25-BC-MI1900-1-MS	Mi. 08.10.25 – 11.02.26 (entfällt am 24.12., 31.12.)	19:00 – 19:45	17	E / F	Outdoor Parcours, Komotauer Str. 2, ERL Hinweis: Dieser Kurs findet draußen statt.	68,00 €
<u>Boxtraining</u>	WI25-BT-MI1900-1-AM	Mi. 08.10.25 – 25.02.26 (entfällt am 24.12., 31.12.)	19:00 – 19:55	19	E / F	Raum 358, Komotauer Str. 2, ERL	76,00 €
<u>Calisthenics Outdoor</u>	WI25-C-MO1800-1-EH	Mo. 06.10.25 – 02.03.26 (entfällt am 22.12., 29.12., 05.01.)	18:00 – 18:55	19	E / F	Outdoor Parcours, Komotauer Str. 2, ERL Hinweis: Dieser Kurs findet draußen statt.	76,00 €
<u>Coretraining & Stretching</u>	WI25-CS-DO2100-1-HD	Do. 09.10.25 – 26.02.26 (entfällt am 25.12., 01.01.)	21:00 – 21:45	19	E / F	Raum 358, Komotauer Str. 2, ERL	76,00 €
<u>Cycling & Core Training</u>	WI25-CCT-DO2000-1-HD	Do. 09.10.25 – 26.02.26 (entfällt am 25.12., 01.01.)	20:00 – 20:55	19	E / F	Raum 358, Komotauer Str. 2, ERL	76,00 €
<u>deepWORK®</u>	WI25-DW-MO1700-1-BE	Mo. 06.10.25 – 16.02.26 (entfällt am 22.12., 29.12., 05.01.)	17:00 – 17:50	17	E / F	Sporthalle B, Komotauer Str. 2, ERL / A-Platz Weitsprung, Komotauer Str. 2, ERL	68,00 €
<u>deepWORK®</u>	WI25-DW-DO1815-1-CH	Do. 09.10.25 – 26.02.26 (entfällt am 25.12., 01.01.)	18:15 – 19:00	19	E / F	Sporthalle A, Komotauer Str. 2, ERL / A-Platz Weitsprung, Komotauer Str. 2, ERL	76,00 €
<u>Entspannung – Autogenes Training</u> NEU	WI25-AT-MI1600-1-IG	Mi. 07.01.26 – 11.03.26	16:00 – 16:55	10	F	Raum 358, Komotauer Str. 2, ERL	40,00 €
<u>Entspannung – Progressive Muskelrelaxation</u> NEU	WI25-PMR-MI1600-1-IG	Mi. 08.10.25 – 10.12.25	16:00 – 16:55	10	E	Raum 358, Komotauer Str. 2, ERL	40,00 €
<u>Faszientraining – Beweglichkeitstraining fürs Büro</u>	WI25-FT-DO1700-1-CH	Do. 30.10.25 – 11.12.25	17:00 – 17:55	7	E / F	Raum 301, Komotauer Str. 2, ERL	35,00 €
<u>Fatburner</u>	WI25-FB-MO1700-1-EH	Mo. 06.10.25 – 02.03.26 (entfällt am 22.12., 29.12., 05.01.)	17:00 – 17:45	19	E / F	Sporthalle C, Komotauer Str. 2, ERL / Gym. Wiese 1, Komotauer Str. 2, ERL	76,00 €
<u>Full Body Workout</u>	WI25-FBW-DI1900-1-LD	Di. 07.10.25 – 17.02.26 (entfällt am 23.12., 30.12., 06.01.)	19:00 – 19:45	17	E / F	Yin Yang Fläche, Komotauer Str. 2, ERL Hinweis: Dieser Kurs findet draußen statt.	68,00 €
<u>Full Body Workout</u>	WI25-FBW-DO1800-1-SK	Do. 09.10.25 – 26.02.26 (entfällt am 25.12., 01.01.)	18:00 – 18:55	19	E / F	Raum 358, Komotauer Str. 2, ERL / Gym. Wiese 1, Komotauer Str. 2, ERL	76,00 €
<u>Functional Athletic Outdoor Training</u>	WI25-FAT-DO1800-1-MD	Do. 09.10.25 – 26.02.26 (entfällt am 25.12., 01.01.)	18:00 – 19:00	19	E / F	Outdoor Parcours, Komotauer Str. 2, ERL / Sporthalle B, Komotauer Str. 2, ERL	76,00 €
<u>Hanteltraining</u>	WI25-HAT-MO1900-1-BE	Mo. 06.10.25 – 16.02.26 (entfällt am 22.12., 29.12., 05.01.)	19:00 – 19:50	17	F	Raum 358, Komotauer Str. 2, ERL	68,00 €
<u>Hanteltraining</u>	WI25-HAT-DI0715-1-HD	Di. 07.10.25 – 03.03.26 (entfällt am 23.12., 30.12., 06.01.)	07:15 – 08:15	19	E / F	Raum 358, Komotauer Str. 2, ERL	76,00 €
<u>Hatha Yoga zum Auftanken</u>	WI25-HYA-MO1115-1-GZ	Mo. 20.10.25 – 15.12.25 (entfällt am 17.11., 24.11.)	11:15 – 12:15	7	F	Raum 301, Komotauer Str. 2, ERL / Yin Yang Fläche, Komotauer Str. 2, ERL	35,00 €
<u>Hatha Yoga zum Auftanken</u>	WI25-HYA-MO1230-1-GZ	Mo. 20.10.25 – 15.12.25 (entfällt am 17.11., 24.11.)	12:30 – 13:30	7	E / F	Raum 301, Komotauer Str. 2, ERL / Yin Yang Fläche, Komotauer Str. 2, ERL	35,00 €

SPORT- UND GESUNDHEITSANGEBOTE ERLANGEN

Fitnesskurse

Nach deiner Anmeldung zur Nutzung der Sport- und Freizeitanlage kannst du dich für die Fitnesskurse anmelden.

Für die Teilnahme an den Kursen ist zusätzlich die Zahlung der Jahresgebühr erforderlich.

Bitte beachte, dass anmeldepflichtige Kurse personenbezogen sind und nicht auf andere Personen übertragen werden können. Ein Probetraining ist nicht möglich.

Bei freien Plätzen können Kursplätze auch von Familienangehörigen bzw. Pensionär*innen gebucht werden.

Die Kurse finden je nach Wetterlage im Innen- oder Außenbereich statt (bitte Ortsangaben beachten).



Der unterstrichene Kursname verlinkt zur Kursbeschreibung

Kursname	Kurs-ID	Termine	Uhrzeit	Einheiten	Zielgruppe	Kursort	Gebühren zzgl. Jahresgebühr
<u>Indoor Cycling</u>	WI25-IC-MI2100-1-BS	Mi. 08.10.25 – 25.02.26 (entfällt am 24.12., 31.12.)	21:00 – 22:00	19	E / F	Raum 358, Komotauer Str. 2, ERL	76,00 €
<u>Indoor Cycling</u> NEU	WI25-IC-MO2000-1-IT	Mo. 20.10.25 – 16.03.26 (entfällt am 22.12., 29.12., 05.01.)	20:00 – 21:00	19	E / F	Raum 358, Komotauer Str. 2, ERL	76,00 €
<u>Indoor Cycling</u> NEU	WI25-IC-DO1200-1-IT	Do. 23.10.25 – 12.03.26 (entfällt am 25.12., 01.01.)	12:00 – 12:45	19	E / F	Raum 358, Komotauer Str. 2, ERL	76,00 €
<u>Intervalltraining mit Laufkoordination</u>	WI25-IVL-DI1930-1-BS	Di. 07.10.25 – 03.03.26 (entfällt am 23.12., 30.12., 06.01.)	19:30 – 20:45	19	E / F	A-Platz, Komotauer Str. 2, ERL Hinweis: Dieser Kurs findet draußen statt.	76,00 €
<u>Jumping Fitness</u>	WI25-JF-DI1700-1-CB	Di. 07.10.25 – 03.03.26 (entfällt am 21.10., 28.10., 23.12., 30.12., 06.01.)	17:00 – 17:55	17	E / F	Raum 301, Komotauer Str. 2, ERL	68,00 €
<u>Jumping Fitness</u>	WI25-JF-DO1800-1-LD	Do. 09.10.25 – 12.02.26 (entfällt am 25.12., 01.01.)	18:00 – 18:55	17	E / F	Raum 301, Komotauer Str. 2, ERL	68,00 €
<u>Jumping Fitness</u>	WI25-JF-DO1900-1-CB	Do. 06.11.25 – 26.02.26 (entfällt am 25.12., 01.01.)	19:00 – 19:55	15	E / F	Raum 301, Komotauer Str. 2, ERL	60,00 €
<u>Kettle Bell</u>	WI25-KB-MO1700-1-HD	Mo. 06.10.25 – 02.03.26 (entfällt am 22.12., 29.12., 05.01.)	17:00 – 17:55	19	E / F	Sporthalle A, Komotauer Str. 2, ERL / Yin Yang Fläche, Komotauer Str. 2, ERL	76,00 €
<u>Kettle Bell</u> NEU	WI25-KB-MI0715-1-HD	Mi. 08.10.25 – 25.02.26 (entfällt am 24.12., 31.12.)	07:15 – 08:00	19	E / F	Sporthalle C, Komotauer Str. 2, ERL	76,00 €
<u>Kickbox Fitness</u>	WI25-KBF-MI1700-1-AM	Mi. 08.10.25 – 25.02.26 (entfällt am 24.12., 31.12.)	17:00 – 17:55	19	E / F	Raum 358, Komotauer Str. 2, ERL	76,00 €
<u>Kickbox Fitness</u>	WI25-KBF-MI1800-1-AM	Mi. 08.10.25 – 25.02.26 (entfällt am 24.12., 31.12.)	18:00 – 18:55	19	E / F	Raum 358, Komotauer Str. 2, ERL	76,00 €
<u>Kundalini Yoga</u>	WI25-KY-FR0730-1-EJ	Fr. 10.10.25 – 27.02.26 (entfällt am 26.12., 02.01.)	07:30 – 08:30	19	E / F	Raum 301, Komotauer Str. 2, ERL	76,00 €
<u>Latin Dance Fitness</u> NEU	WI25-LDF-DI1700-1-MK	Di. 07.10.25 – 25.11.25	17:00 – 17:55	8	E / F	Raum 358, Komotauer Str. 2, ERL	32,00 €
<u>Latin Dance Fitness</u> NEU	WI25-LDF-DI1700-2-MK	Di. 13.01.26 – 03.03.26	17:00 – 17:55	8	E / F	Raum 358, Komotauer Str. 2, ERL	32,00 €
<u>Lauftechnik mit Laufkoordination</u>	WI25-LT-MI2000-1-BS	Mi. 08.10.25 – 25.02.26 (entfällt am 24.12., 31.12.)	20:00 – 20:50	19	E / F	A-Platz, Komotauer Str. 2, ERL Hinweis: Dieser Kurs findet draußen statt.	76,00 €
<u>Military Drill Workout</u>	WI25-MDW-MI1700-1-LD	Mi. 08.10.25 – 11.02.26 (entfällt am 24.12., 31.12.)	17:00 – 17:50	17	F	Outdoor Parcours, Komotauer Str. 2, ERL Hinweis: Dieser Kurs findet draußen statt.	68,00 €
<u>Military Drill Workout</u>	WI25-MDW-DO1700-1-LD	Do. 09.10.25 – 12.02.26 (entfällt am 25.12., 01.01.)	17:00 – 17:50	17	F	Outdoor Parcours, Komotauer Str. 2, ERL Hinweis: Dieser Kurs findet draußen statt.	68,00 €
<u>Nike Dynamic Training</u>	WI25-NDT-DO1700-1-BE	Do. 09.10.25 – 26.02.26 (entfällt am 25.12., 01.01.)	17:00 – 17:45	19	F	Yin Yang Fläche, Komotauer Str. 2, ERL Hinweis: Dieser Kurs findet draußen statt.	76,00 €
<u>Nike Dynamic Training</u>	WI25-NDT-MI1700-1-BE	Mi. 22.10.25 – 25.02.26 (entfällt am 24.12., 31.12.)	17:00 – 17:45	17	E / F	Yin Yang Fläche, Komotauer Str. 2, ERL / Sporthalle B, Komotauer Str. 2, ERL	68,00 €
<u>Outdoor Training im Parcours</u>	WI25-OTIP-MI1800-1-LD	Mi. 08.10.25 – 11.02.26 (entfällt am 24.12., 31.12.)	18:00 – 18:50	17	E / F	Outdoor Parcours, Komotauer Str. 2, ERL / Yin Yang Fläche, Komotauer Str. 2, ERL Hinweis: Dieser Kurs findet draußen statt.	68,00 €

SPORT- UND GESUNDHEITSANGEBOTE ERLANGEN

Fitnesskurse

Nach deiner Anmeldung zur Nutzung der Sport- und Freizeitanlage kannst du dich für die Fitnesskurse anmelden.

Für die Teilnahme an den Kursen ist zusätzlich die Zahlung der Jahresgebühr erforderlich.

Bitte beachte, dass anmeldepflichtige Kurse personenbezogen sind und nicht auf andere Personen übertragen werden können. Ein Probetraining ist nicht möglich.

Bei freien Plätzen können Kursplätze auch von Familienangehörigen bzw. Pensionär*innen gebucht werden.

Die Kurse finden je nach Wetterlage im Innen- oder Außenbereich statt (bitte Ortsangaben beachten).



Der unterstrichene Kursname verlinkt zur Kursbeschreibung

Kursname	Kurs-ID	Termine	Uhrzeit	Einheiten	Zielgruppe	Kursort	Gebühren zzgl. Jahresgebühr
<u>Pilates</u>	WI25-PL-MO1600-1-HD	Mo. 06.10.25 – 02.03.26 (entfällt am 22.12., 29.12., 05.01.)	16:00 – 16:55	19	E / F	Raum 301, Komotauer Str. 2, ERL / Yin Yang Fläche, Komotauer Str. 2, ERL	76,00 €
<u>Pilates</u>	WI25-PL-DI1800-1-MG	Di. 07.10.25 – 24.02.26 (entfällt am 23.12., 30.12., 06.01.)	18:00 – 18:55	18	F	Raum 301, Komotauer Str. 2, ERL / A-Platz Hochsprung, Komotauer Str. 2, ERL	72,00 €
<u>Pilates</u>	WI25-PL-MI0715-1-BW	Mi. 08.10.25 – 25.02.26 (entfällt am 24.12., 31.12.)	07:15 – 08:00	19	F	Raum 301, Komotauer Str. 2, ERL	76,00 €
<u>Pilates</u>	WI25-PL-MI0815-1-BW	Mi. 08.10.25 – 25.02.26 (entfällt am 24.12., 31.12.)	08:15 – 09:00	19	E / F	Raum 301, Komotauer Str. 2, ERL	76,00 €
<u>Pilates</u>	WI25-PL-MI2000-1-ES	Mi. 08.10.25 – 25.02.26 (entfällt am 24.12., 31.12.)	20:00 – 20:55	19	E / F	Raum 358, Komotauer Str. 2, ERL	76,00 €
<u>Power Cycling</u>	WI25-PC-MO1800-1-BE	Mo. 06.10.25 – 16.02.26 (entfällt am 22.12., 29.12., 05.01.)	18:00 – 18:50	17	E / F	Raum 358, Komotauer Str. 2, ERL	68,00 €
<u>Power Cycling</u>	WI25-PC-FR0715-1-BE	Fr. 10.10.25 – 27.02.26 (entfällt am 26.12., 02.01.)	07:15 – 08:00	19	E / F	Raum 358, Komotauer Str. 2, ERL / Yin Yang Fläche, Komotauer Str. 2, ERL	76,00 €
<u>Power Cycling</u>	WI25-PC-FR0805-1-BE	Fr. 10.10.25 – 27.02.26 (entfällt am 26.12., 02.01.)	08:05 – 08:50	19	E / F	Raum 358, Komotauer Str. 2, ERL / Yin Yang Fläche, Komotauer Str. 2, ERL	76,00 €
<u>Power Cycling & Core</u>	WI25-PCC-MI1130-1-HD	Mi. 08.10.25 – 25.02.26 (entfällt am 24.12., 31.12.)	11:30 – 12:50	19	E / F	Raum 358, Komotauer Str. 2, ERL	76,00 €
<u>Power Workout</u>	WI25-PW-MI1800-1-MB	Mi. 08.10.25 – 25.02.26 (entfällt am 24.12., 31.12.)	18:00 – 18:55	19	E / F	Sporthalle C, Komotauer Str. 2, ERL / Gym. Wiese 1, Komotauer Str. 2, ERL	76,00 €
<u>Power Workout</u>	WI25-PW-MO1900-1-VK	Mo. 13.10.25 – 09.02.26 (entfällt am 22.12., 29.12., 05.01.)	19:00 – 19:50	15	E / F	Sporthalle C, Komotauer Str. 2, ERL	60,00 €
<u>Power Yoga</u>	WI25-PY-DI2000-1-OL	Di. 07.10.25 – 10.03.26 (entfällt am 04.11., 11.11., 18.11., 25.11., 23.12., 30.12., 06.01.)	20:00 – 20:55	16	F	Raum 301, Komotauer Str. 2, ERL	80,00 €
<u>Power Yoga</u>	WI25-PY-DI2100-1-OL	Di. 07.10.25 – 10.03.26 (entfällt am 04.11., 11.11., 18.11., 25.11., 23.12., 30.12., 06.01.)	21:00 – 21:55	16	F	Raum 301, Komotauer Str. 2, ERL	80,00 €
<u>Power Yoga</u>	WI25-PY-MI1700-1-OL	Mi. 08.10.25 – 11.03.26 (entfällt am 29.10., 05.11., 12.11., 19.11., 26.11., 24.12., 31.12.)	17:00 – 17:55	16	F	Raum 301, Komotauer Str. 2, ERL	80,00 €
<u>Power Yoga Basic</u>	WI25-PYB-MI1600-1-OL	Mi. 08.10.25 – 11.03.26 (entfällt am 29.10., 05.11., 12.11., 19.11., 26.11., 24.12., 31.12.)	16:00 – 16:55	16	E	Raum 301, Komotauer Str. 2, ERL	80,00 €
<u>Rope Skipping & Coretraining</u>	WI25-RSCT-MI1900-1-LD	Mi. 08.10.25 – 11.02.26 (entfällt am 24.12., 31.12.)	19:00 – 19:55	17	E / F	Outdoor Cardio Zone, Komotauer Str. 2, ERL Hinweis: Dieser Kurs findet draußen statt.	68,00 €
<u>Selbstverteidigung für Frauen</u>	WI25-SV-DI1600-1-MK	Di. 07.10.25 – 25.11.25	16:00 – 16:55	8	E	Raum 358, Komotauer Str. 2, ERL	32,00 €
<u>Selbstverteidigung für Frauen</u>	WI25-SV-DI1600-2-MK	Di. 13.01.26 – 03.03.26	16:00 – 16:55	8	E	Raum 358, Komotauer Str. 2, ERL	32,00 €
<u>Slingtraining</u>	WI25-SL-MO1700-1-MH	Mo. 13.10.25 – 16.02.26 (entfällt am 17.11., 22.12., 29.12., 05.01.)	17:00 – 17:45	15	E / F	Raum 358, Komotauer Str. 2, ERL	60,00 €
<u>Speedfit</u>	WI25-SF-MO1800-1-BF	Mo. 06.10.25 – 02.03.26 (entfällt am 22.12., 29.12., 05.01.)	18:00 – 18:50	19	E / F	Sporthalle A+B, Komotauer Str. 2, ERL	76,00 €

SPORT- UND GESUNDHEITSANGEBOTE ERLANGEN

Fitnesskurse

Nach deiner Anmeldung zur Nutzung der Sport- und Freizeitanlage kannst du dich für die Fitnesskurse anmelden.

Für die Teilnahme an den Kursen ist zusätzlich die Zahlung der Jahresgebühr erforderlich.

Bitte beachte, dass anmeldepflichtige Kurse personenbezogen sind und nicht auf andere Personen übertragen werden können. Ein Probetraining ist nicht möglich.

Bei freien Plätzen können Kursplätze auch von Familienangehörigen bzw. Pensionär*innen gebucht werden.

Die Kurse finden je nach Wetterlage im Innen- oder Außenbereich statt (bitte Ortsangaben beachten).



Der unterstrichene Kursname verlinkt zur Kursbeschreibung

Kursname	Kurs-ID	Termine	Uhrzeit	Einheiten	Zielgruppe	Kursort	Gebühren zzgl. Jahresgebühr
<u>Starker Rücken</u>	WI25-SR-MO1700-1-AS	Mo. 06.10.25 – 23.02.26 (entfällt am 22.12., 29.12., 05.01., 16.02.)	17:00 – 17:55	17	E / F	Raum 301, Komotauer Str. 2, ERL / A-Platz Hochsprung, Komotauer Str. 2, ERL	68,00 €
<u>Starker Rücken</u>	WI25-SR-DO1900-1-HD	Do. 09.10.25 – 26.02.26 (entfällt am 25.12., 01.01.)	19:00 – 19:55	19	E / F	Raum 358, Komotauer Str. 2, ERL / A-Platz Hochsprung, Komotauer Str. 2, ERL	76,00 €
<u>Step Aerobic</u>	WI25-SA-MO1900-1-BF	Mo. 06.10.25 – 02.03.26 (entfällt am 22.12., 29.12., 05.01.)	19:00 – 19:55	19	E / F	Raum 301, Komotauer Str. 2, ERL	76,00 €
<u>Stretching</u>	WI25-ST-FR1245-1-HD	Fr. 10.10.25 – 27.02.26 (entfällt am 26.12., 02.01.)	12:45 – 13:30	19	E / F	Raum 301, Komotauer Str. 2, ERL	76,00 €
<u>Tabata Intensiv Workout</u>	WI25-TIW-DO1615-1-LD	Do. 09.10.25 – 12.02.26 (entfällt am 25.12., 01.01.)	16:15 – 16:45	17	F	Raum 358, Komotauer Str. 2, ERL / Yin Yang Fläche, Komotauer Str. 2, ERL	34,00 €
<u>XCO® Latin Workout</u>	WI25-XCOL-MO1800-1-AS	Mo. 06.10.25 – 23.02.26 (entfällt am 22.12., 29.12., 05.01., 16.02.)	18:00 – 18:55	17	E / F	Raum 301, Komotauer Str. 2, ERL / A-Platz Hochsprung, Komotauer Str. 2, ERL	68,00 €
<u>XCO® Shape Outdoor</u>	WI25-XCOS-DO1815-1-AS	Do. 09.10.25 – 26.02.26 (entfällt am 25.12., 01.01.)	18:15 – 19:00	19	E / F	Yin Yang Fläche, Komotauer Str. 2, ERL / A-Platz Hochsprung, Komotauer Str. 2, ERL Hinweis: Dieser Kurs findet draußen statt.	76,00 €
<u>Yoga Ashtanga Vinyasa Flow</u>	WI25-YAV-DI1215-1-NV	Di. 07.10.25 – 10.03.26 (entfällt am 04.11., 23.12., 30.12., 06.01.)	12:15 – 13:15	19	E / F	Raum 301, Komotauer Str. 2, ERL	76,00 €
<u>Yoga Ashtanga Vinyasa Flow</u>	WI25-YAV-MI1900-1-NV	Mi. 08.10.25 – 04.03.26 (entfällt am 05.11., 24.12., 31.12.)	19:00 – 19:50	19	E / F	Raum 301, Komotauer Str. 2, ERL	76,00 €
<u>Yoga in der Mittagspause</u>	WI25-YOMI-MI1215-1-NV	Mi. 08.10.25 – 04.03.26 (entfällt am 05.11., 24.12., 31.12.)	12:15 – 13:00	19	E / F	Raum 301, Komotauer Str. 2, ERL	76,00 €
<u>Zumba®</u>	WI25-ZB-DI1000-1-IP	Di. 07.10.25 – 10.03.26 (entfällt am 23.12., 30.12., 06.01.)	10:00 – 10:55	20	E / F	Raum 358, Komotauer Str. 2, ERL	80,00 €
<u>Zumba®</u>	WI25-ZB-DI1900-1-IP	Di. 07.10.25 – 10.03.26 (entfällt am 23.12., 30.12., 06.01.)	19:00 – 19:55	20	F	Raum 358, Komotauer Str. 2, ERL	80,00 €
<u>Zumba®</u>	WI25-ZB-DO1700-1-AS	Do. 09.10.25 – 26.02.26 (entfällt am 25.12., 01.01.)	17:00 – 17:55	19	E / F	Sportthalle C, Komotauer Str. 2, ERL / A-Platz Hochsprung, Komotauer Str. 2, ERL	76,00 €
<u>Zumba® Circle</u>	WI25-ZBC-DI2000-1-IP	Di. 07.10.25 – 10.03.26 (entfällt am 23.12., 30.12., 06.01.)	20:00 – 20:55	20	E / F	Raum 358, Komotauer Str. 2, ERL	80,00 €
<u>Zumba® Circle</u>	WI25-ZBC-FR1615-1-IP	Fr. 10.10.25 – 06.03.26 (entfällt am 26.12., 02.01.)	16:15 – 17:45	20	F	Raum 358, Komotauer Str. 2, ERL	100,00 €