







Abteilung - Fit und Gesund

Stundenplan ab 08.06.2026












Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9:00 - 10:00 Bodystyling Ruth - Halle 9	8:30 - 9:30 Indoor Cycling Babsi	8:30 - 9:30 Wirbelsäulen Gym* Katrin - Halle 9	8:15 - 9:15 Indoor Cycling Claudia E. / Babsi	8:00 - 9:00 Early Bird Pilates * > nur online! Christine H.	9:00 - 10:00 Indoor Cycling Aliz	9:30 - 10:30 Indoor Cycling Lionel / Werner
9:15 - 10:15 Fat Burner oder Step Aerobic Choreo Evi N. - Halle 6	8:30 - 9:30 BeYoPi * Christine H. - Halle 9	9:30 - 10:45 Yogalates * Katrin - Halle 9	9:30 - 10:30 Pilates * Katrin - Halle 9	9:00 - 10:00 Indoor Cycling Claudia Schw.		10:00 - 11:00 Pilates Robert - Halle 8
10:30 - 11:30 Pilates Evi N. - Halle 4/5	9:00 - 10:00 Schongymnastik Josef - Halle 6	9:30 - 10:30 Indoor Cycling Werner		9:00 - 10:00 Flexi-Bar Anja - Halle 9		11:00 - 12:00 Indoor Cycling Robert
	9:30 - 10:30 Fit durchs Jahr Ingrid - Halle 9			9:00 - 10:30 Strong Claudia Scha. - H6		
	10:00 - 11:00 Fitnessgymnastik Josef - Halle 6					
	10:30 - 11:30 Roll dich fit Ingrid - Halle 9					<p>Bitte nimm zu den Stunden immer Deine eigene Gymnastikmatte mit! Solltest Du in Rückenlage Probleme mit dem Nacken oder der LWS haben, dann nimm auch ein kleines Handtuch mit. Bei der Anwendung werden wir Dir helfen.</p>
						



Angaben ohne Gewähr, Änderungen jederzeit möglich.

> mehr Info's zu Stundenangebot und Beschreibung unserer Stunden unter www.turngemeinde-landshut.de - Abteilung fit&gesund

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
16:30 - 17:30 Yoga für Kids Mirzana - Halle 8	18:00 - 19:00 HIIT im Team Bärbl & Wiebke - H8	17:30 - 18:30 Power & Balance Susanne - Halle 7	16:00 - 17:00 Wirbelsäulen Gym. Elisabeth - Halle 8			
17:00-18:00 Outdoorzirkeltraining Christine J. - TG Eingang	18:00 - 19:00 Pilates Evi N. - Halle 4/5	18:00 - 19:00 Wandpilates* Mirzana - Halle 9	17:00 - 18:00 Hot Iron 1 Anita - Halle 8			
18:15 - 19:15 Indoor Cycling Anita	18:00 - 19:00 Indoor Cycling Julia P.	18:15 - 19:15 Indoor Cycling Lionel	18:00 - 19:00 Bodystyling Ruth - Halle 9	17:00 - 18:00 Indoor Cycling Babsi		
18:30 - 20:00 Muscle & Condition Evi F. - Halle 4/5	19:00 - 20:00 Step Aerobic Choreo Evi N. - Halle 9	18:30 - 19:30 Bodystyling Christine Schr.-H4/5	18:15 - 19:15 Indoor Cycling Lionel			
19:00 - 20:00 Pilates Tanja - H6	19:00 - 20:00 FUNKtional Training Stefan - Halle 1/2	19:00 - 20:00 Zumba Dagmar & Micha - H6	19:00 - 20:00 Cardio Dance + Strong i.W. Julia W. - Halle 8			
19:30 - 20:30 Indoor Cycling Robert	20:00 - 21:30 After Work Yoga* <small>jeden 1. Di im Monat Yin Yoga</small> Astrid - Halle 9	19:30 - 20:30 Indoor Cycling Christine Schr.	19:00 - 20:00 Wirbelsäulen Gym. Tanja - Halle 4/5		Für Indoor Cycling und Hot Iron musst Du Dich bitte online über Loccabo anmelden. 	
20:00 - 21:30 Yogalates* > nur online! Christine H.			19:00 - 20:00 Fitnessgymnastik 50+ Josef - Halle 9		Stunden, die mit einem * gekennzeichnet sind, finden zusätzlich per Zoom Meeting statt. Tritt unseren Info Gruppen bei und verpasse keine Neuigkeit und keinen Zoom Link mehr!	
20:00 - 21:15 Hot Iron 1 Anita - Halle 9			19:30 - 20:30 Indoor Cycling Robert			
			20:00 - 21:00 Flexi-Bar Josef - Halle 9		 WhatsApp	 Signal