

NovaFit - Sommerferienprogramm 2025

Sommerpause: 14.07.-03.08.2025

Sommerplan: 04.08.-26.08.2025

Ab Mittwoch dem 27.08.2025 startet das reguläre Programm von NovaFit

Wochentag	Uhrzeit	Halle	Gruppenbezeichnung
Montag	13:00-14:00	BTV-SP/KH2	Sensitiv-Cycling (Ute Liebenau)
Montag	19:00-20:00	BTV-SZ/MZH1	Rücken Fit (Jens Kraus)
Dienstag	10:00-11:00	BTV-SZ/MZH2	Rücken Fit (Jens Kraus)
Dienstag	17:45-18:45	BTV-SZ/MZR1	Rücken Fit (Afra Helfer-Schmidt)
Dienstag	19:00-20:00	BTV-SZ Parkplatz	Outdoor Fitness (Ute Liebenau)
Mittwoch	19:00-20:00	BTV-SZ/GS	Qi Gong (Hermann Bientreu)
Mittwoch	19:00-20:00	BTV-SZ/MZH1	Gymnastik und mehr (Frank Stefer)
Mittwoch	20:00-21:00	BTV-SZ/MZH1	Rücken Fit (Frank Stefer)
Donnerstag	10:00-11:00	BTV-SZ/MZR1	Pilates (Afra Helfer-Schmidt)
Donnerstag	11:00-12:00	BTV-SZ/MZR1	Pilates (Afra Helfer-Schmidt)
Donnerstag	11:00-12:00	Parkplatz Wasserturm	Nordic Walking (Manfred Linzenich)
Donnerstag	17:30-18:15	BTV-SZ/SW	Aquafitness (Bea Schulz)
Donnerstag	18:15-19:00	BTV-SZ/SW	Aquafitness (Bea Schulz)
Donnerstag	20:30-21:30	BTV-SZ/MZH2	Zirkeltraining (Annette Bertram)
Freitag	08:15-09:00	BTV-SZ/SW	Aquafitness (Ute Liebenau)
Freitag	09:00-09:45	BTV-SZ/SW	Aquafitness (Ute Liebenau)
Freitag	10:30-12:00	BTV-SZ/MZR1	Yoga (Wolfgang Peukert)