

BW96 KURSE

MONTAG		DIENSTAG		MITTWOCH		DONNERSTAG		FREITAG	
8:30-9:45 BB FIT BECKENBODENTRAINING	NEUER TAG MALIN G3	8:30-9:30 FUNCTIONAL FIT	NEU YASMINA G3	09:00-10:00 FUNCTIONAL CIRCUIT	ULF S	8:30-9:30 RÜCKEN FIT	INGRID G3	9:00-10:00 FUNCTIONAL FIT	MARION G3
9:45-10:45 SENIOREN FIT	SANDRA G3	9:00-10:15 NORDIC WALKING	INGRID KLÖ	9:30-10:30 SENIOREN FIT	KIRSTEN G1	9:30-10:30 RÜCKEN FIT	INGRID G3	10:00-11:00 YOPI RELAX	MARION G3
10:00-11:00 FUNCTIONAL CIRCUIT	ULF S	9:30-10:30 RÜCKEN FIT	YASMINA G3	10:00-11:00 RÜCKEN FIT	YASMINA G3	10:00-11:00 INDOOR CYCLING check COLOR	A ULF K	11:00-12:00 ZUMBA®	KATJA L. G3
10:45-11:45 STRETCH FIT	SANDRA G3	10:30-11:30 BEWEGUNG BEI MS	KATJA K. K	10:30-11:30 FIT AM STUHL	KIRSTEN G1	10:00-11:00 ACHTSAMES PILATES	ANNA G1		
		11:30-12:30 SENIOREN FIT	KIRSTEN G3	11:00-12:15 YOGA	YASMINA G3				

16:30-17:00 BAUCH SPECIAL	KERSTIN G3	15:45-17:00 AROHA®	MANUELA G3	16:45-17:45 INDOOR CYCLING check COLOR	A KERSTIN K	16:50-17:35 AQUA SOFT 03.09.-08.10.26	MALIN GFS	15:30-16:45 QI GONG MIT TAI CHI-ELEMENTEN	MARINA G3
17:00-18:00 LANGHANTEL WORKOUT	A KERSTIN G3	17:00-18:00 RÜCKEN FIT	W DORIT G3	18:00-19:00 LANGHANTEL WORKOUT	A KERSTIN G3	17:00-18:00 YOPI RELAX	MARION K	16:45-17:45 MOTION	GILBERTO G3
18:00-19:00 FUNCTIONAL CIRCUIT	REIMUND S	17:00-18:00 RÜCKEN FIT	NEU MALIN G1	18:30-19:30 BBP WORKOUT	SANDRA G1	17:40-18:25 AQUA FIT 03.09.-08.10.26	MALIN GFS	16:45-17:45 SKIGYMNASTIK SOMMERPAUSE	GILBERTO G3
18:15-19:15 FASZIEN STRETCH	A KERSTIN G1	17:30-18:45 OUTDOOR FIT	KIAN ST	19:00-20:00 PILATES	MARTINA G3	17:45-19:00 OUTDOOR FIT	NEU SVENJA ST	18:00-19:00 INDOOR CYCLING check COLOR	A ULF K
19:00-20:00 ZUMBA®	YANI G3	18:00-19:00 FUNCTIONAL FIT	NEUER TAG MALIN G1	20:00-21:00 SALSA FIT	YANI G3	18:00-19:00 SENIOREN FIT	INA GF		
19:15-20:15 PILATES	SONJA G1	18:00-19:00 RÜCKEN FIT	KATJA K. GF	20:00-21:00 AQUA FIT 30.09.-04.11.26	REGINA GFS	18:00-19:15 YOGA	JASMIN G1		
		18:00-19:00 FUNCTIONAL CIRCUIT	ANNE/DORIT S			19:00-20:00 RÜCKEN FIT	KATJA K. GF		
		18:30-19:30 RÜCKEN FIT	INGRID WK			19:00-20:00 INDOOR CYCLING check COLOR	A ANNE K		
		18:15-19:15 STRONG NATION™	NEUE ZEIT KATJA L. G3			20:00-21:00 FUNCTIONAL CIRCUIT	ANNE S		
		19:15-20:15 PILATES	NEUE ZEIT EMMI G3						
		19:00-20:00 INDOOR CYCLING check COLOR	A MALIN K						
		19:15-20:15 RÜCKEN FIT	KATJA K. GFG						
		20:00-21:00 FUNCTIONAL CIRCUIT	O. TRAINER S						

INFOS UND ANMELDUNG	
	FITNESS@BW96.DE
	040/840544 -88 (STUDIO) ODER -85 (LEITUNG)
	WWW.BW96.DE
	WWW.INSTAGRAM.COM/BW96STUDIO

GÜLTIG AB 19. AUGUST 2026	
SPORTSTÄTTEN	
ACHTER DE WEIDEN	
G1	GYMNASTIKRAUM 1
G3	GYMNASTIKRAUM 3
K	KURSRAUM
S	STUDIO
ST	STADION
GORCH-FOCK-STRASSE	
GF	GORCH-FOCK-HALLE
GFG	GORCH-FOCK-GYMRAUM
GFS	GF-SCHWIMMHALLE
WURMKAMP	
WK	WURMKAMPHALLE
KLÖVENSTEEN	
KLÖ	PARKPLATZ KLÖVENSTEEN
LEGENDE	
A	BEGRENZTE TN-ZAHL MIT ANMELDUNG ÜBER DIE HOMEPAGE
W	WARTELISTE ANFRAGEN FÜR WARTELISTEN AN FITNESS@BW96.DE
BEITRÄGE	
BW96 STUDIO (INKL. KURSE)	
38,00 € / MONAT	
BW96 KURSE	
28,00 € / MONAT	
BLOCKKURSE	
KOSTENPFLICHTIGE KURSE MIT BEGRENZTER LAUFZEIT BUCHUNG ÜBER DIE HOMEPAGE	
REHASPORT	
MIT UND OHNE ÄRZTL. VERORDNUNG ABRECHNUNG ÜBER DIE KRANKENKASSEN TEILNAHME ALS SELBSTZÄHLER MÖGLICH	
 BW96 REHA BW96 KURSE BW96STUDIO 	