

Dynamischer Kursplan 3.Quartal

Die aufgeführten Kurse finden unabhängig von der Teilnehmerzahl alle statt.

Während eines Kurses kann es auf der Gesundheitsfläche im Bata Fit temporär zu Einschränkungen kommen...

Montag, 14. Juli 2025	10:00	FIT AGE (+60)	mit Janin
Dienstag, 15. Juli 2025	19:00	HYROX	mit Janin
Mittwoch, 16. Juli 2025	19:00	LAUFGRUPPE	Start vorm Bata Fit
Donnerstag, 17. Juli 2025	19:00	CORE	mit Alex
Freitag, 18. Juli 2025	10:00	FIT AGE (+60)	mit Alex
Sonntag, 20. Juli 2025	10:00	SWEAT	mit Simon

Montag, 21. Juli 2025	10:00	FIT AGE (+60)	mit Karo
Dienstag, 22. Juli 2025	19:00	BACK-FIT	mit Angelina
Mittwoch, 23. Juli 2025	19:00	LAUFGRUPPE	Start vorm Bata Fit
Donnerstag, 24. Juli 2025	19:00	CORE	mit Alex
Freitag, 25. Juli 2025	10:00	FIT AGE (+60)	mit Alex
Sonntag, 27. Juli 2025	10:00	YOGAFLEX	mit Karo

Montag, 28. Juli 2025	10:00	FIT AGE (+60)	mit Karo
Dienstag, 29. Juli 2025	19:00	SWEAT	mit Judy
Mittwoch, 30. Juli 2025	19:00	LAUFGRUPPE	Start vorm Bata Fit
Donnerstag, 31. Juli 2025	19:00	JUMP	mit Judy
Sonntag, 3. August 2025	10:00	HYROX	mit Janin

Montag, 4. August 2025	10:00	FIT AGE (+60)	mit Karo
Dienstag, 5. August 2025	19:00	BACK-FIT	mit Angelina
Mittwoch, 6. August 2025	19:00	LAUFGRUPPE	Start vorm Bata Fit
Donnerstag, 7. August 2025	19:00	SWEAT	mit Alex
Freitag, 8. August 2025	10:00	FIT AGE (+60)	mit Alex
Sonntag, 10. August 2025	10:00	CORE	mit Simon

Montag, 11. August 2025	10:00	FIT AGE (+60)	mit Judy
Dienstag, 12. August 2025	19:00	YOGAFLEX	mit Karo
Mittwoch, 13. August 2025	19:00	LAUFGRUPPE	Start vorm Bata Fit
Donnerstag, 14. August 2025	19:00	CORE	mit Alex
Freitag, 15. August 2025	10:00	FIT AGE (+60)	mit Alex
Sonntag, 17. August 2025	10:00	JUMP	mit Judy

Montag, 18. August 2025	10:00	FIT AGE (+60)	mit Karo
Dienstag, 19. August 2025	19:00	SWEAT	mit Judy
Mittwoch, 20. August 2025	19:00	LAUFGRUPPE	Start vorm Bata Fit
Donnerstag, 21. August 2025	19:00	CORE	mit Alex
Freitag, 22. August 2025	10:00	FIT AGE (+60)	mit Alex
Sonntag, 24. August 2025	11:00	JUMP	mit Simon

Montag, 25. August 2025	10:00	FIT AGE (+60)	mit Karo
Dienstag, 26. August 2025	19:00	YOGAFLEX	mit Karo
Mittwoch, 27. August 2025	19:00	LAUFGRUPPE	Start vorm Bata Fit
Donnerstag, 28. August 2025	19:00	HYROX	mit Janin
Freitag, 29. August 2025	10:00	FIT AGE (+60)	mit Alex
Sonntag, 31. August 2025	10:00	CORE	mit Alex

Montag, 1. September 2025	10:00	FIT AGE (+60)	mit Karo
Dienstag, 2. September 2025	19:00	BACK-FIT	mit Angelina
Mittwoch, 3. September 2025	19:00	LAUFGRUPPE	Start vorm Bata Fit
Donnerstag, 4. September 2025	19:00	SWEAT	mit Alex
Freitag, 5. September 2025	10:00	FIT AGE (+60)	mit Alex
Sonntag, 7. September 2025	10:00	JUMP	mit Judy

Montag, 8. September 2025	10:00	FIT AGE (+60)	mit Karo
Dienstag, 9. September 2025	19:00	SWEAT	mit Judy
Mittwoch, 10. September 2025	19:00	LAUFGRUPPE	Start vorm Bata Fit
Donnerstag, 11. September 2025	19:00	JUMP	mit Judy
Freitag, 12. September 2025	10:00	FIT AGE (+60)	mit Judy
Sonntag, 14. September 2025	10:00	YOGAFLEX	mit Karo

Montag, 15. September 2025	10:00	FIT AGE (+60)	mit Karo
Montag, 15. September 2025	19:00	Projektstart - 12 Wochen für Dein neues Ich	
Dienstag, 16. September 2025	19:00	BACK-FIT	mit Angelina
Mittwoch, 17. September 2025	19:00	LAUFGRUPPE	Start vorm Bata Fit
Donnerstag, 18. September 2025	19:00	SWEAT	mit Judy
Freitag, 19. September 2025	10:00	FIT AGE (+60)	mit Judy
Sonntag, 21. September 2025	10:00	JUMP	mit Judy

Dienstag, 23. September 2025	19:00	SWEAT	mit Judy
Mittwoch, 24. September 2025	19:00	LAUFGRUPPE	Start vorm Bata Fit
Donnerstag, 25. September 2025	19:00	CORE	mit Alex
Freitag, 26. September 2025	10:00	FIT AGE (+60)	mit Alex
Sonntag, 28. September 2025	10:00	SWEAT	mit Alex

Montag, 29. September 2025	10:00	FIT AGE (+60)	mit Karo
Dienstag, 30. September 2025	19:00	BACK-FIT	mit Angelina
Mittwoch, 1. Oktober 2025	19:00	LAUFGRUPPE	Start vorm Bata Fit
Donnerstag, 2. Oktober 2025	19:00	CORE	mit Alex
Freitag, 3. Oktober 2025	10:00	FIT AGE (+60)	mit Alex
Sonntag, 5. Oktober 2025	10:00	YOGAFLEX	mit Karo



Wo findet welcher Kurs statt ?



weiss = Bata Fit

grau = Kursraum Batastr.40b

Wann ist der Bata Fit Empfang betreut?

Montags von 17:00 - 19:00Uhr
Mittwochs von 17:00 - 19:00Uhr
Freitags von 09:00 - 13:00Uhr

Ausserhalb der genannten Zeitfenster stehen wir
 Dir selbstverständlich mit einem vorab gebuchten
 Termin zur Verfügung.

Fragen kannst Du uns auch bequem per Mail an
 batafit@gmx.ch stellen.

Legende

SWEAT Cardio Intervall zu coolen Beatz
YOGAFLEX Atmung & Bewegung / Yoga + Flexzirkel
HYROX Intensives & funktionelles Hybridtraining
FIT AGE Zirkeltraining für Altersklasse +60
JUMP Trampolin Intervall Training
BACK-FIT Zirkeltraining mit Fokus Rücken
CORE Körpermitte Bauch/u. Rücken
Laufgruppe Ein teilweise unbetreuter Treff zum Laufen

