DONAU CITY CENTER
Einkaufen und mehr

Gültig ab 01. November 2026

LIFE PARK
MAX FITNESS ERLEBEN

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
KURSRAUM 1	09:00 – 10:00 Rückengym Michi 10:15 – 11:15 Zumba Fitness Michi 16:00 – 17:00 Body Pump Marie 17:00 – 17:30 Core Workout Marie 18:00 – 19:00 Pump Andreas 19:15 – 20:15 BBP Andrea/Babsi 20:30 – 21:30 Body Combat Seth	09:00 – 10:00 Body Pump Patricia 10:15 – 11:15 Aroha Larissa 17:45 – 18:45 Toning Workout Ilona 19:00 – 19:45 Body Pump Express Corinna 20:00 – 21:00 Dance Biggi 21:00 – 21:30 Core Workout Biggi	08:30 – 09:30 Body Combat Ilona 09:45 – 10:45 Rücken-/Faszienfit Ilona 11:00 – 12:00 Dance Michi 16:00 – 17:00 Body Pump Dieter 18:00 – 19:00 Cross Challenge Andreas 19:00 – 20:00 Step Middle Babsi 20:00 – 21:00 Body Pump Biggi 21:15 – 21:45 Core Workout Biggi	NEU 06:30 – 07:30 Body Pump Dieter 09:00 – 10:00 Pilates Filiz 10:15 – 11:15 Rücken + Stretch Elena 16:45 – 17:30 Youngletics Functional Training 13 – 17 Jahre Lucy 18:00 – 19:00 Body Pump Patricia 19:15 – 20:15 Zumba Fitness Flo 20:15 – 21:30 Kickbox Training Mika/Kimi	09:00 – 10:00 Step Choreo Michi 10:15 – 11:15 Body Pump Eva 17:00 – 18:00 Zumba Fitness Christin 18:15 – 19:15 Body Combat Patricia 19:30 – 20:30 Body Pump Heavy Janine/Michaela	09:30 – 10:30 Rückengym Larissa 10:45 – 11:45 Body Pump Marie 15:00 – 16:30 Cross Challenge Andreas 16:45 – 17:45 Dance im Wechsel 18:00 – 19:00 Strong Nation Christin	09:30 – 10:30 Body Pump Andrea 10:45 – 11:45 Step Choreo Andrea/Babsi 17:00 – 18:00 Body Combat Trainer im Wechsel 18:45 – 19:45 Zumba Fitness Flo
KURSRAUM 2	10:15 – 11:15 Yoga sensitiv Sonja 15:30 – 16:15 Dance Kids 4-7 Jahre Melissa 17:30 – 18:30 Rückengym Beate 18:45 – 19:45 Yoga intensiv Neeta 20:15 – 21:15 Mobility & Stretch Betti	07:45 – 08:45 Yoga + Meditation Sonja 09:00 – 10:00 Rücken-/Fazienfit Larissa 10:15 – 11:15 Rückengym Kornelia 16:45 – 17:45 Yoga sensitiv Neeta 18:00 – 19:00 Yoga intensiv Xavy 19:15 – 20:15 Yoga intensiv Xavy	08:00 – 09:00 Rückengym Beate 09:30 – 10:30 Zumba Fitness Hanne 16:00 – 16:45 Yoga Kids 6-10 Jahre Larissa 17:00 – 18:00 Pilates Larissa 19:00 – 20:00 Yoga sensitiv Xavy 20:15 – 21:15 bodyART Stretch & Relax Janet	NEU 08:30 – 09:30 Yoga Mine 10:15 – 11:15 Yoga Dorothea 16:45 – 17:45 Rückengym Beate 18:00 – 19:00 BBP Corinna 19:15 – 20:15 Yoga Flow Eva	07:30 – 08:30 Yoga Early Bird Xavy 08:45 – 09:45 Pilates Hanne 10:00 – 11:00 bodyART Hanne 17:00 – 18:00 Qi Gong Kornelia 18:15 – 19:15 Rückengym Kornelia 19:30 – 20:30 bodyART Janet	08:30 – 09:30 Yoga Flow Xavy 11:00 – 12:00 Toning Workout Larissa 15:45 – 16:45 Yoga Lubica 17:00 – 18:00 Pilates Lubica	08:15 – 09:30 Pilates Filiz 10:00 – 11:00 Power Chi / Yoga Hanne 11:15 – 12:15 Rückengym Hanne 18:00 – 19:00 Yoga + Meditation Larissa
KURSRAUM 3	06:30 – 07:30 Morning Cycle Tina 17:00 – 18:00 NEU Einsteiger Iris 18:15 – 18:45 NEU Sprint Ralle 19:00 – 20:00 NEU Cycling Ausdauer (Endurance) Ralle 20:15 – 21:15 Fun Cycling Jürgen O.	09:15 – 10:15 Mountain Andi 10:30 – 11:30 Einsteiger Jutta 16:30 – 17:30 Sports Cross Manu NEU 17:45 – 18:45 High Frequency Corinna	06:30 – 07:30 Morning Cycle Tanja NEU 10:00 – 11:15 Ausdauer Betti 17:45 – 18:45 Mixed Class Caro 19:00 – 20:30 Rotation Class Andi W. 1. Woche GLA 2. Woche Intervall 3. Woche Mountain 4. All Terrain	10:00 – 11:00 Rotation Class Betti 17:00 – 18:00 Einsteiger Stefan B. 18:15 – 19:15 After Work Ricardo 19:15 – 20:15 Night Ride Ricardo	06:30 – 07:30 Morning Cycle Andi M. 09:00 – 10:00 All Terrain Stephan 15:45 – 16:45 Intervall Marie 17:00 – 18:00 After Work Jutta 19:00 – 20:15 FTP-Powertest FTP-Test Termine siehe Aushänge Andy W	NEU 09:45 – 10:45 GLA Manu NEU 11:00 – 1200 BPM Betti	NEU 08:30 – 09:30 Sweet Spot Raresh 09:45 – 10:30 Get Fit Stephan J. 10:45 – 11:45 Metabolic Stephan J. 17:00 – 18:00 Mixed Class Marie NEU 18:15 – 19:15 Einsteiger Jürgen A.

Kurseinteilung nach Schwierigkeit: Für alle · Mittelstufe · Fortgeschrittene
Änderungen vorbehalten

Mini Max
KINDSEIN ERLEBEN

Kinderbetreuung MiniMax

Vormittags
Montag, Dienstag
und Mittwoch
08.30 - 12.00 Uhr

Samstag
09.00 - 12.30 Uhr

Nachmittags
Mittwoch 15.00 - 18.30 Uhr

+++ WICHTIG +++
Bitte immer zu den gewünschten Kursen Plätze VORAB EINBUCHEN.

Wir möchten Euch weiterhin ein gutes Gefühl in unseren Kursen geben, deshalb halten wir die Teilnehmerzahl begrenzt.

Vielen Dank!

Jetzt entdecken!
EGYM Smart Flex
Effizientes Muskellängentraining für eine verbesserte Beweglichkeit.