



Indoor Cycling

März – April 2025

Tag Zeit Dauer Instruktor	Montag 12:15 55' Karin M./Roland H.	Dienstag 19:05 55' Evelyne B.	Donnerstag 20:10 55' Roland H./Nils C.	Sonntag 12:00 55'/85' Team
03.03.25 – 09.03.25	HILL	LEE	IN INT	Surprise
10.03.25 – 16.03.25	EX INT	HILL	LEE	Surprise
17.03.25 – 23.03.25	Surprise	EX INT	HILL	Surprise
24.03.25 – 30.03.25	20'-Test	Surprise	EX INT	Cycling Event siehe sep. Aushang!
31.03.25 – 06.04.25	LEE	20'-Test	Surprise	Surprise
07.04.25 – 13.04.25	HILL	LEE	20'-Test	Surprise
14.04.25 – 20.04.25	HEE	HILL	LEE	Surprise
21.04.25 – 27.04.25	Siehe spez. Kursplan!	HEE	HILL	Surprise
28.04.25 – 04.05.25	Surprise	EX INT	Siehe spez. Kursplan!	Surprise



LEE = Low End Endurance
 EX INT = Extensive Intervalle | HILL = Berg | HEE = High End Endurance
 IN INT = Intensive Intervalle | COMP = Competition



Reservation
 bis 24 Stunden im Voraus
fitnesspark.ch/kursreservation

FITNESS  PARK