

Indoor Cycling Fitnesspark Stockerhof

vom 29. Dezember 2025 bis 29. März 2026

Tag	Montag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Mittwoch	Donnerstag	Donnerstag	Freitag	Freitag	Samstag	Sonntag
Zeit	11:40	17:40	12:45	12:45	19:50	11:40	18:45	11:40	17:40	12:00	09:45
Dauer	55 min	55 min	55 min	55 min	55 min	55 min	55 min	55 min	70 min	70 min	85 min
Instruktor	René G.	Maxi P.	Rute C.	Stefan S.	AKTUELL	Mark S.	Bianca F.	Miriam S.	René J.	Esther A.	Oscar B.
29.12.25 - 04.01.26	HILL	EX INT	HEE	Spezialplan	Spezialplan	Spezialplan	Spezialplan	Spezialplan	Spezialplan	IN INT	Surprise
05.01.26 - 11.01.26	EX INT	HILL	IN INT	HEE	LEE	IN INT	HILL	EX INT	LEE	HEE	Surprise
12.01.26 - 18.01.26	IN INT	LEE	LEE	HILL	COMP	HILL	EX INT	LEE	HEE	HILL	Surprise
19.01.26 - 25.01.26	LEE	HEE	HILL	HEE	EX INT	HEE	COMP	HILL	EX INT	LEE	Surprise
26.01.26 - 01.02.26	HILL	IN INT	EX INT	20`-Test	HILL	LEE	LEE	HEE	IN INT	EX INT	Surprise
02.02.26 - 08.02.26	EX INT	EX INT	20`-Test	EX INT	HEE	EX INT	HILL	COMP	HILL	HEE	Surprise
09.02.26 - 15.02.26	COMP	HILL	HILL	HILL	LEE	20`-Test	HEE	HILL	HEE	COMP	Surprise
16.02.26 - 22.02.26	LEE	HEE	COMP	HEE	20`-Test	HILL	EX INT	LEE	LEE	HILL	Surprise
23.02.26 - 01.03.26	HILL	COMP	LEE	HILL	EX INT	COMP	LEE	EX INT	HILL	LEE	Surprise
02.03.26 - 08.03.26	HEE	EX INT	EX INT	IN INT	IN INT	LEE	HILL	HILL	COMP	HEE	Surprise
09.03.26 - 15.03.26	EX INT	LEE	HILL	HEE	HILL	HEE	IN INT	IN INT	EX INT	EX INT	Surprise
16.03.26 - 22.03.26	LEE	HEE	IN INT	EX INT	HEE	HILL	EX INT	HEE	HEE	HILL	Surprise
23.03.26 - 29.03.26	IN INT	HILL	HEE	HILL	LEE	EX INT	HILL	LEE	HILL	IN INT	Surprise



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

FITNESS  PARK