



# Indoor Cycling

## März - April 2026

Tag Zeit Dauer Instruktor	Montag 12:15 55' Olivia A./Marcel B.	Dienstag 19:05 55' Evelyne B.	Donnerstag 20:10 55' Nils C.	Sonntag 12:00 55'/85' Team
02.03.26 – 08.03.26	20'-Test	Surprise	EX INT	Surprise
09.03.26 – 15.03.26	LEE	20'-Test	Surprise	Surprise
16.03.26 – 22.03.26	HILL	LEE	20'-Test	Surprise
23.03.26 – 29.03.26	HEE	HILL	LEE	Surprise
30.03.26 – 05.04.26	EX INT	HEE	HILL	Surprise
06.04.26 – 12.04.26	siehe spez. Kursplan	EX INT	HEE	Surprise
13.04.26 – 19.04.26	IN INT	Surprise	EX INT	Surprise
20.04.26 – 26.04.26	LEE	IN INT	Surprise	Surprise
27.04.26 – 03.05.26	HILL	LEE	IN INT	Surprise



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



Reservation  
 24 Stunden im Voraus  
[fitnesspark.ch/kursreservation](https://fitnesspark.ch/kursreservation)

FITNESS  PARK