

Indoor Cycling Fitnesspark Regensdorf

vom 30. März bis 28. Juni 2026

Tag Zeit Dauer Instructor	Montag 12:00 55 min Nicole F.	Montag 19:05 55 min Rene J.	Dienstag 20:05 40 min Hanspi B.	Mittwoch 10:05 55 min Nicole F.	Donnerstag 18:00 55 min Peter S.	Samstag 10:15 55 min AKTUELL	Sonntag 10:15 55 min AKTUELL
30.03.26 - 05.04.26	HILL	LEE	RHYTHM	HILL	IN INT	Spezialplan	Spezialplan
06.04.26 - 12.04.26	Spezialplan	Spezialplan	RHYTHM	HEE	EX INT	Surprise	Surprise
13.04.26 - 19.04.26	EX INT	IN INT	RHYTHM	EX INT	HEE	Surprise	Surprise
20.04.26 - 26.04.26	LEE	EX INT	RHYTHM	LEE	HILL	Surprise	Surprise
27.04.26 - 03.05.26	HEE	HILL	RHYTHM	HEE	LEE	Surprise	Surprise
04.05.26 - 10.05.26	IN INT	LEE	RHYTHM	IN INT	20`-Test	Surprise	Surprise
11.05.26 - 17.05.26	HEE	COMP	6 Weeks	HEE	Spezialplan	Surprise	Surprise
18.05.26 - 24.05.26	HILL	HEE	Special bis	HILL	EX INT	Surprise	Spezialplan
25.05.26 - 31.05.26	Spezialplan	Spezialplan	05.05.2026	LEE	IN INT	Surprise	Surprise
01.06.26 - 07.06.26	COMP	EX INT		COMP	LEE	Surprise	Surprise
08.06.26 - 14.06.26	HEE	HILL		HEE	HILL	Surprise	Surprise
15.06.26 - 21.06.26	LEE	20`-Test		LEE	HEE	Surprise	Surprise
22.06.26 - 28.06.26	HILL	LEE		HILL	COMP	Surprise	Surprise



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

FITNESS  PARK

