



Indoor Cycling

November - Dezember 2026

Tag Zeit Dauer Instruktor	Montag 12:15 55' Marcel B.	Dienstag 19:05 55' Evelyne B.	Donnerstag 20:10 55' Nils C.	Sonntag 12:00 55'/85' Team
02.11.26 – 08.11.26	Surprise	EX INT	HEE	Surprise
09.11.26 – 15.11.26	20'-Test	Surprise	EX INT	Surprise
16.11.26 – 22.11.26	LEE	20'-Test	Surprise	Surprise
23.11.26 – 29.11.26	HILL	LEE	20'-Test	Surprise
30.11.26 – 06.12.26	HEE	HILL	LEE	Surprise
07.12.26 – 13.12.26	EX INT	HEE	HILL	Surprise
14.12.26 – 20.12.26	Surprise	EX INT	HEE	Surprise
21.12.26 – 27.12.26	IN INT	Surprise	Siehe spez. Kursplan	Surprise
28.12.26 – 03.12.27	LEE	IN 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
24 Stunden im Voraus
fitnesspark.ch/kursreservation

FITNESS  PARK