

AUF DIE PLÄTZE. PADEL.LOS!

Unsere Padelplätze sind fertig!



Ab sofort stehen euch
3 Outdoor-Plätze,
4 Doppel-Indoor-Plätze
und 2 Indoor-Singleplätze
zur Verfügung.
Egal, ob Einsteiger oder
Padel-Profi – schnappt euch
einen Schläger und erlebt
Sport, Spaß und spannende
Matches auf unseren neuen
Courts.

**JETZT
DIREKT
PLATZ
BUCHEN:**



EIN ORT, AN DEM GESUNDHEIT NICHT NACH DEM TRAINING ENDET DEIN WOHNZIMMER

Dein neues Wohnzimmer: bewusste Küche, echtes
Kaffeehandwerk und ein Platz zum Bleiben,
Genießen und Lachen – mitten im Sportpark.



i KURSREGELN

- » Buche Deine Kursteilnahme bequem über unsere Mitglieder App.
- » FAIRPLAY – storniere Deine Buchung rechtzeitig, wenn Du nicht am Kurs teilnehmen kannst.
- » Erscheine rechtzeitig zu den Kursen. Kommst Du zu spät, kann der Kursleiter Dir die Teilnahme aus Sicherheitsgründen verweigern.
- » Registriere Deine Kursteilnahme mit Deinem Chip-Armband am elektronischen Lesegerät am Kursraum.
- » Teile dem Kursleiter bitte mit, wenn Du aufgrund von Verletzungen, Erkrankungen oder einer Schwangerschaft Einschränkungen hast.
- » Verwende immer ein Handtuch als Unterlage und nimm ausreichend Getränke mit.
- » Aus Sicherheitsgründen darf nur mit passender Fußbekleidung trainiert werden.

🕒 ÖFFNUNGSZEITEN

Montag bis Donnerstag	06.00 – 22.15 Uhr
Freitag	06.00 – 21.15 Uhr
Samstag	08.45 – 20.00 Uhr
Sonntag	08.45 – 17.00 Uhr

Der Wellnessbereich ist von 10 Uhr bis 30 Minuten vor Schließung der Anlage geöffnet und schließt am Samstag und Sonntag 16.30 Uhr.

👶 KINDERBETREUUNG

Montag, Dienstag, Mittwoch	16.45 – 19.30 Uhr
Samstag	09.15 – 12.45 Uhr

SPORTPARK
Johannesplatz

Wir machen BEWEGUNG einfach.

Neußißstraße 8 • 99086 Erfurt

☎ 0361 749790 • www.sportpark-johannesplatz.de

KURSPLAN



**GÜLTIG AB
1. OKTOBER 2026**

MONTAG

8.30 – 9.15 Uhr
Rücken Aktiv

gK

8.30 – 9.15 Uhr
Spopa „Leicht bewegt“

kK

9.30 – 10.15 Uhr
Pilates

gK

9.35 – 10.20 Uhr
Fit in den Tag

kK

10.30 – 11.15 Uhr
five + BALLance

gK

16.45 – 17.45 Uhr
Bodypump® Les Mills

gK

17.00 – 17.45 Uhr
Bodyforming

kK

18.00 – 18.30 Uhr
(T)Raum Po

18.00 – 18.45 Uhr
Zumba

kK

18.00 – 18.45 Uhr
Spinning

gK

18.00 – 18.30 Uhr
Funktionelles
Ganzkörpertraining



18.35 – 19.05 Uhr
4D Pro Bungee Fitness

19.00 – 20.00 Uhr
Step® Les Mills

kK

19.00 – 20.00 Uhr
Yoga

gK

20.15 – 21.00 Uhr
five + BALLance

gK

DIENSTAG

8.30 – 9.15 Uhr
Fit in den Tag

gK

9.30 – 10.15 Uhr
Zumba

gK

10.30 – 11.15 Uhr
five + BALLance

gK

16.00 – 16.45 Uhr
five + BALLance

gK

17.00 – 18.00 Uhr
Bodybalance® Les Mills

kK

17.00 – 18.00 Uhr
BodyCombat® Les Mills

gK

18.15 – 19.15 Uhr
Salsation

kK

18.15 – 18.45 Uhr
Funktionelles
Ganzkörpertraining



18.15 – 19.15 Uhr
Bodypump® Les Mills

gK

19.30 – 20.15 Uhr
Pilates-Flow

kK

MITTWOCH

8.30 – 9.30 Uhr
Bodybalance® Les Mills

gK

8.30 – 9.15 Uhr
Ironbody

kK

9.30 – 10.15 Uhr
five + BALLance

gK

10.30 – 11.00 Uhr
Funktionelles
Ganzkörpertraining

gK

16.00 – 16.45 Uhr
Bodypump® Les Mills

gK

17.00 – 17.45 Uhr
Spinning

gK

17.00 – 17.45 Uhr
Zumba

kK

17.15 – 17.45 Uhr
(T)Raum Po

18.00 – 18.45 Uhr
Jumping Fitness

gK

18.00 – 18.45 Uhr
Core® Les Mills

kK

19.00 – 20.00 Uhr
Bodybalance® Les Mills

gK

DONNERSTAG

8.00 – 8.45 Uhr
Rücken Aktiv

gK

8.45 – 9.30 Uhr
Yoga

gK

9.45 – 10.30 Uhr
Zumba

gK

10.45 – 11.30 Uhr
Stretching& Entspannung

gK

16.00 – 16.45 Uhr
five + BALLance

gK

17.00 – 17.45 Uhr
Zumba

gK

17.50 – 18.35 Uhr
BodyCombat® Les Mills

kK

18.00 – 18.30 Uhr
Bodyattack® Les Mills

gK

18.45 – 19.45 Uhr
Bodypump® Les Mills

gK

18.45 – 19.45 Uhr
Yoga

kK

FREITAG

8.45 – 9.45 Uhr
Bodypump® Les Mills

gK

10.00 – 10.45 Uhr
Jumping Fitness

gK

11.00 – 11.45 Uhr
Yoga

kK

17.00 – 17.30 Uhr
(T)Raum Po

17.00 – 18.00 Uhr
Zumba

gK

17.35 – 18.05 Uhr
kurz & knackig

kK

18.15 – 18.45 Uhr
Stretching & Entspannung

gK

SAMSTAG

9.30 – 10.30 Uhr
Bodypump® Les Mills

gK

10.45 – 11.15 Uhr
Bodybalance® Les Mills

gK

10.45 – 11.45 Uhr
Zumba toning

kK

11.30 – 12.00 Uhr
BALLance

gK

SONNTAG

9.30 – 10.30 Uhr
Bodyattack® Les Mills

gK

10.45 – 11.45 Uhr
Spinning

gK

10.45 – 11.30 Uhr
Core® Les Mills

kK

12.00 – 12.30 Uhr
4D Pro Bungee Fitness

Wir machen BEWEGUNG einfach für:

HERZKREISLAUFTRAINING

KRAFT- & BEWEGLICHKEIT

RÜCKENTRAINING

BESONDEREN KURSSPASS

gK im großen Kursraum

kK im kleinen Kursraum

An Feiertagen finden keine Kurse statt.

Hier kannst du den Kursplan
auch downloaden unter:



www.sportpark-johannesplatz.de