

BGM - Sportangebot für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter

(Stand 13.10.2026)

Mo bis Fr	12:00- 13:00	Cardiotraining Die Cardiogeräte auf der Tribüne (Dreifachhalle) stehen täglich (Mo bis Fr) von 12:00-13:00 Uhr zur Verfügung.	
Mo	12:00 – 13:00	Qi Gong 12 Termine im Zeitraum: 12.10.2026 bis 25.01.2027 <u>Kein Training am:</u> 02.11.26 / 28.12.26 / 04.01.27 / 11.01.27 (Stanitzki)	GyH
Di	08:00 – 09:00	Freies Schwimmen	SH
Di	11:00 – 12:00	Pilates (Anastasiia)	GyH
Di	12:00 - 12:30	Pausenfitness/Rückenfit (Monika)	Bajuwarenstraße 4, Raum V11
Di	12:00 – 13:00	Freies Krafttraining	MzH
Mi	11:00 – 12:00	Freies Schwimmen	SH
Mi	12:15 – 13:00	Pausenfitness/Rückenfit (Anéle) Raumänderungen, bitte beachten: 28.10.2026 - Raum DE._2.121 13.01.2027 - Raum DE._2.121 20.01.2027 - Raum DE._2.121 27.01.2027 - Raum DE._2.121 17.03.2027 - Raum DE._2.133 24.03.2027 - Raum DE._2.133	Biologie, DE._1.113
Mi	13:00- 13:30	Pausenfitness/Rückenfit (Monika)	Sedanstraße 1, Raum 127A
Mi	13:15 – 14:00	Pausenfitness/Rückenfit (Anéle)	Sammelgebäude, S 3.13
Do	08:00 – 09:00	Freies Schwimmen	SH
Do	12:00 – 13:00	Yoga mit Jürgen Feigl	GyH
Do	12:30 – 13:00	Pausenfitness/Rückenfit (Anéle)	Altes Finanzamt (AlFi), Raum 319
Do	12:00 – 13:00	Freies Krafttraining	MzH
Fr	08:00 – 09:00	Freies Schwimmen	SH

GyH = Gymnastikhalle

MzH = Mehrzweckhalle (Kraftraum)

SH = Schwimmhalle

TH = Turnhalle