

Fitnesscenter - Belegungsplan: Ferientraining Sommer (01.06. bis 13.09.2026)

Walter-von-Moos-Promenade 4, 6005 Luzern

- Fitnesscenter geschlossen:**
- Do, 04.06. (Fronleichnam)
 - Sa, 01.08. (Nationalfeiertag)
 - Sa, 15.08. (Maria Himmelfahrt)

Teilnahme nur nach vorgängiger Onlineanmeldung via www.hscl.ch (Legikontrolle)

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
07.00 - 08.00	7.00 - 8.00	7.00 - 8.00	7.00 - 8.00	7.00 - 8.00	7.00 - 8.00		g e s c h l o s s e n
08.00 - 09.00	8.00 - 9.00	8.00 - 9.00	8.00 - 9.00	8.00 - 9.00	8.00 - 9.00	7.30 - 8.30	
09.00 - 10.00	9.00 - 10.00	9.00 - 10.00	9.00 - 10.00	9.00 - 10.00	9.00 - 10.00	8.30 - 9.45	
10.00 - 11.00	10.00 - 11.15 Krafttraining mit Beratung 10.00 - 12.00	10.00 - 11.15	10.00 - 11.15 Krafttraining mit Beratung 10.00 - 12.00	10.00 - 11.15	10.00 - 11.15 Krafttraining mit Beratung 10.00 - 12.00	9.45 - 11.00	
11.00 - 12.00	11.15 - 12.30	11.15 - 12.30	11.15 - 12.30	11.15 - 12.30	11.15 - 12.30	11.00 - 12.15	
12.00 - 13.00	12.30 - 13.45 Krafttraining mit Beratung 12.00 - 14.00	12.30 - 13.45 Krafttraining mit Beratung 12.00 - 14.00	12.30 - 13.45 Krafttraining mit Beratung 12.00 - 14.00	12.30 - 13.45 Krafttraining mit Beratung 12.00 - 14.00	12.30 - 13.45 Krafttraining mit Beratung 12.00 - 14.00	12.15 - 13.30	
13.00 - 14.00	13.45 - 15.00	13.45 - 15.00	13.45 - 15.00	13.45 - 15.00	13.45 - 15.00 Krafttraining mit Beratung 14.00 - 16.00	13.30 - 14.45	
14.00 - 15.00	15.00 - 16.15	16.15 - 17.30	15.00 - 16.15	15.00 - 16.15	15.00 - 16.15	14.45 - 16.00	
15.00 - 16.00	16.15 - 17.30	16.15 - 17.30	16.15 - 17.30	16.15 - 17.30 Krafttraining mit Beratung 16.00 - 18.00	16.15 - 17.30	16.00 - 17.15	
17.00 - 18.00	17.30 - 18.45	17.30 - 18.45	17.30 - 18.45	17.30 - 18.45 Krafttraining mit Beratung 18.00 - 20.00	17.30 - 18.45		
18.00 - 19.00	18.45 - 20.00	18.45 - 20.00 Krafttraining mit Beratung 18.00 - 20.00	18.45 - 20.00 Krafttraining mit Beratung 18.00 - 20.00	18.45 - 20.00	18.45 - 20.00		
19.00 - 20.00	20.00 - 21.15	20.00 - 21.15	20.00 - 21.15	20.00 - 21.15	20.00 - 21.15		
20.00 - 21.00							
21.00 - 22.00							

**Geplante Trainingsdaten, allfällige Änderungen sowie Informationen zur Anmeldung siehe Webseite, www.hscl.ch
Zutritt zum HSCL Sportangebot nur nach vorgängiger Onlineanmeldung und mit Ausweis (Legi/HSCL-Ausweis)!**