

April 2025

KW	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
14	31	1	2	3	4	5	6
		17.00 - 17.45 Uhr Konditionszirkel mit Naomi	12.00 - 12.45 Uhr Flexibarzirkel mit Janine	10.00 - 10.45 Uhr Beine Po Zirkel mit Emilie	13.00 - 13.45 Uhr Dehnen & Mobilisieren mit Emilie	12.00 - 12.45 Uhr Full Body Step mit Nicole	12.00 - 13.00 Uhr Yin Yoga mit Kerstin
15	7	8	9	10	11	12	13
	20.00 - 20.45 Uhr Bauch Beine Po mit Bea	18.00 - 18.45 Uhr Step Cardio mit Naomi	11.00 - 11.45 Uhr Step Einsteiger mit Bea	20.15 - 21.00 Uhr Core Training mit Lara	13.00 - 13.45 Uhr TMX Verspannungen lösen mit Lara	10.00 - 10.45 Uhr Aerobic Mittelstufe mit Lara	9.00 - 9.45 Uhr Rückenzirkel mit Emilie
16	14	15	16	17	18	19	20
	18.00 - 18.45 Uhr Schlagerzirkel mit Bea	8.00 - 8.45 Uhr Flexibarzirkel mit Janine	17.00 - 17.45 Uhr Koordinationszirkel mit Janine	20.15 - 21.00 Uhr Pilates Einsteiger mit Kerstin	Karfreitag Club geschlossen 	11.00 - 11.45 Uhr Mobility Training mit Janine	Ostersonntag Club geschlossen 
17	21	22	23	24	25	26	27
	12.00 - 12.45 Uhr Rückenfit mit Janine 	20.15 - 21.00 Uhr Latino Fortgeschrittene mit Lara	Überraschungstag 	20.15 - 21.00 Uhr Dance Moves mit Lara	18.00 - 18.45 Uhr Ganzkörperworkout mit Naomi	9.00 - 9.45 Uhr Aerobic Einsteiger mit Naomi	
18	28	29	30	1	2	3	4
	11.00 - 11.45 Uhr Step Mittelstufe mit Emilie	13.15 - 14.00 Uhr Bauchmuskelworkout mit Emilie	8.00 - 8.45 Uhr Schlagerzirkel mit Bea				