

April 2023

KW	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
13	27	28	29	30	31	1	2
							12.00 - 13.00 Uhr Yoga: Thema Loslassen mit Petra
14	3	4	5	6	7	8	9
	Überraschungskurstag 	10.00 - 10.45 Uhr Rubberbandzirkel mit Amelie	16.00 - 16.45 Uhr Step-Schlager mit Bea	20.15 - 21.00 Uhr Dance Moves Fortgeschrittene mit Petra	Karfreitag Club geschlossen	9.00 - 9.45 Uhr Aerobic Einsteiger mit Lara	Ostersonntag Club von 9.00 - 12.00 Uhr geöffnet
15	10	11	12	13	14	15	16
	Ostermontag Club geschlossen	13.00 - 13.45 Uhr Dehnen & Mobilisieren mit Lara	17.00 - 17.45 Uhr Beine-Po mit Amelie	18.00 - 18.45 Uhr Core Training mit Zara	19.00 - 19.45 Uhr Männerzirkel mit Lara & Amelie (Anmeldung im Club)		Frühstückszirkel von 9.00 - 12.00 Uhr mit Lara & Amelie
16	17	18	19	20	21	22	23
	18.00 - 18.45 Uhr Step Cardio mit Zara	9.00 - 9.45 Uhr Schlagerzirkel mit Bea	16.00 - 16.45 Uhr Flexibarzirkel Mittelstufe mit Lara	20.15 - 21.00 Uhr Latino Fortgeschrittene mit Lara	19.00 - 20.00 Uhr Rücken-Yoga mit Petra	Tag der offenen Tür von 8.00 - 15.00 Uhr geöffnet	
17	24	25	26	27	28	29	30
	20.00 - 20.45 Uhr Bauch-Beine-Po mit Bea		11.00 - 11.45 Uhr Step Einsteiger mit Bea	14.30 - 15.30 Uhr Stuhl-Yoga mit Petra		12.00 - 12.45 Uhr Let's Bands mit Bea	9.00 - 9.45 Uhr Mobility Training mit Zara