

Februar 2026

Sporteve®
PURE LADY FITNESS

KW	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
5	26	27	28	29	30	31	1
							9.00 - 9.45 Uhr Aerobic Einsteiger mit Naomi
6	2	3	4	5	6	7	8
	17.00 - 17.45 Uhr Schlagerzirkel mit Bea	16.00 - 16.45 Uhr Kurzhanteltraining mit Amelie	10.00 - 10.45 Uhr All in One Workout mit Emilie	17.00 - 17.45 Uhr Balance Fit mit Janine	19.00 - 19.45 Uhr Bauchmuskelworkout Fortgeschrittene mit Emilie	11.00 - 11.45 Uhr Latino Einsteiger mit Bea	12.00 - 13.00 Uhr Yin Yoga Einsteiger mit Kerstin
7	9	10	11	12	13	14	15
	20.00 - 20.45 Uhr Let's Bands mit Bea	18.00 - 18.45 Uhr Ganzkörperworkout mit Naomi	9.00 - 9.45 Uhr Schlagerzirkel mit Bea	Überraszungszirkel 	19.00 - 19.45 Uhr Beine - Po Fortgeschrittene mit Naomi	8 - 13 Uhr Valentinstag- Aerobic mit Naomi  	10.00 - 10.45 Uhr Step Mittelstufe mit Lara
8	16	17	18	19	20	21	22
	Rosenmontag geöffnet  8 - 14 Uhr Faschings-Aerobic	17.00 - 17.45 Uhr Step Cardio mit Naomi	16.00 - 16.45 Uhr Flexibarzirkel mit Janine	20.15 - 21.00 Uhr Latino Fortgeschrittene mit Lara	18.00 - 18.45 Uhr Rubberbandzirkel mit Emilie	12.00 - 12.45 Uhr Core Training mit Nicole	12.00 - 12.45 Uhr Dehnen & Mobilisieren mit Emilie
9	23	24	25	26	27	28	1
	20.00 - 21.00 Uhr Vinyasa Yoga Einsteiger mit Kerstin	11.00 - 11.45 Uhr Kurzhantel-Aerobic mit Janine	16.00 - 16.45 Uhr Mobility Taining mit Janine	20.15 - 21.00 Uhr Pilates mit Lara	19.00 - 19.45 Uhr Bauch Beine Po mit Amelie	12.00 - 12.45 Uhr Rückenfit mit Janine	