

Mai 2025

KW	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
18	28	29	30	1	2	3	4
				Tag der Arbeit Club geschlossen 	12.00 - 12.45 Uhr Aerobic Einsteiger mit Naomi & Emilie	10.00 - 10.45 Uhr Aerobic ABBA Spezial mit Lara	
19	5	6	7	8	9	10	11
	16.00 - 16.45 Uhr Schlagerzirkel mit Bea	8.00 - 8.45 Uhr Crazy Fit mit Naomi	14.00 - 14.45 Uhr Pilates Einsteiger mit Kerstin	20.15 - 21.00 Uhr Latino Fortgeschrittene mit Lara	13.00 - 13.45 Uhr TMX-Verspannungen lösen mit Lara	11.00 - 11.45 Uhr Let's Bands mit Bea	10.00 - 10.45 Uhr Aerobic Mittelstufe mit Lara
20	12	13	14	15	16	17	18
	20.00 - 21.00 Uhr Vinyasa Yoga Einsteiger mit Kerstin	20.15 - 21.00 Uhr Bauch Beine Po mit Lara	17.00 - 17.45 Uhr Rubberbandzirkel mit Emilie	16.00 - 16.45 Uhr Mobility Training mit Janine	19.00 - 19.45 Uhr Bauchmuskelworkout Fortgeschrittene mit Emilie	Tag der offenen Tür 	9.00 - 9.45 Uhr Koordinationszirkel mit Janine
21	19	20	21	22	23	24	25
	20.15 - 21.00 Uhr Step Schlager mit Bea	13.00 - 13.45 Uhr Dehnen & Mobilisieren mit Emilie	9.00 - 9.45 Uhr Schlagerzirkel mit Bea	Überraschungstag 	19.00 - 19.45 Uhr Ganzkörperworkout mit Naomi	12.00 - 12.45 Uhr Core meets Cardio mit Nicole	11.00 - 11.45 Uhr Redondoball Workout mit Naomi
22	26	27	28	29	30	31	1
	9.00 - 9.45 Uhr Rücken-zirkel mit Janine	18.00 - 18.45 Uhr Mobilisieren & Koordinieren mit Janine	12.00 - 12.45 Uhr Latino Einsteiger mit Bea	Christi Himmelfahrt Club geschlossen 	15.00 - 15.45 Uhr Step Einsteiger mit Lara	11.00 - 11.45 Uhr Mobility Training mit Emilie	