

Mai 2022

KW	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
17	25	26	27	28	29	30	1 Maifeiertag von 9.00 - 12.00 Uhr geöffnet
	2 20.00 - 20.45 Uhr Bauch-Beine-Po mit Ramona	3 11.00 - 11.45 Uhr Flexibarzirkel mit Lara	4 14.45 - 15.30 Uhr Rückenfit mit Nicole	5 14.30 - 15.30 Uhr Yoga für die Hüfte mit Petra	6 18.00 - 18.45 Uhr Step Einsteiger mit Nicole	7 12.00 - 12.45 Uhr Let`s Bands mit Bea	8 11.00 - 11.45 Uhr Beine-Po mit Nicole
18	9 20.00 - 20.45 Uhr PS-Boxing mit Petra	10 13.15 - 14.00 Uhr Dehnen & Mobilisieren mit Lara	11 10.00 - 10.45 Uhr Schlagerzirkel mit Bea	12 14.30 - 15.30 Uhr Relax-Yoga mit Petra	13 	14 10.00 - 10.45 Uhr Aerobic Einsteiger mit Lara	15 9.00 - 9.45 Uhr Rubberbandzirkel mit Ramona
	16 18.00 - 18.45 Uhr Schlagerzirkel mit Bea	17 	18 17.00 - 17.45 Uhr Step Cardio mit Nicole	19 20.15 - 21.00 Uhr Latino Fortgeschrittene mit Lara	20 9.00 - 9.45 Uhr Step Einsteiger mit Lara	21 	22 10.00 - 10.45 Uhr Rückenzirkel mit Petra
19	23 Überraschungskurstag 	24 13.15 - 14.00 Uhr TMX - Verspannungen lösen mit Lara	25 	26 Christi Himmelfahrt geschlossen	27 19.00 - 20.00 Uhr Yoga Einsteiger mit Petra	28 Saarbrücker Frauenlauf Start ca.15.00 Uhr 	29 
	30 10.00 - 10.45 Uhr Balancefit mit Nicole	31 16.00 - 16.45 Uhr Konditionszirkel mit Petra	1	2	3	4	5 Pfingsten
20							
21							
22							