

Dezember 2025

KW	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
49	1 18.00 - 18.45 Uhr Bauchmuskelworkout mit Emilie	2 8.00 - 8.45 Uhr All in One Workout mit Emilie	3 19.00 - 19.45 Uhr Kurzantel-Aerobic mit Janine	4 17.00 - 17.45 Uhr Christmas Aerobic mit Lara	5 19.00 - 19.45 Uhr Bauch Beine Po mit Emilie		7 11.00 - 11.45 Uhr Dance Aerobic mit Naomi
	8 20.00 - 21.00 Uhr Vinyasa Yoga Einsteiger mit Kerstin	9 9.00 - 9.45 Uhr Flexibarzirkel mit Janine	10 12.00 - 12.45 Uhr Schlagerzirkel mit Bea	11 20.15 - 21.00 Uhr Latino Fortgeschrittene mit Lara	12 19.00 - 19.45 Uhr Stretch & Relax mit Naomi & Emilie	13 10.00 - 10.45 Uhr Balace Fit mit Emilie	14 12.00 - 13.00 Uhr Yin Yoga mit Kerstin
51	15 13.00 - 13.45 Uhr Christmas Step Aerobic mit Lara	16 17.00 - 17.45 Uhr Konditionszirkel mit Naomi	17 18.00 - 18.45 Uhr Step Cardio mit Naomi	18 Überraschungstag 	19 19.00 - 19.45 Uhr HIIT mit Lara & Amelie	20 12.00 - 12.45 Uhr Cardio Workout mit Nicole	21 9.00 - 9.45 Uhr Therabandworkout mit Emilie
	22 17.00 - 17.45 Uhr Schlagerzirkel mit Bea	23 16.00 - 16.45 Uhr Kurzanteltraining mit Amelie	24 Heiligabend geöffnet von 8 - 12 Uhr	25 1. Weihnachtstag Club geschlossen 	26 2. Weihnachtstag geöffnet von 8 - 12 Uhr	27 12.00 - 12.45 Uhr Rückenfit mit Janine	28 12.00 - 12.45 Uhr Pilates mit Lara
1	29 10.00 - 10.45 Uhr Rückenzirkel mit Lara	30 18.00 - 18.45 Uhr Beine Po Zirkel mit Amelie	31 Silvester geöffnet von 8 - 12 Uhr	1	2	3	4