

Trainingsplan März / April 2025

Mittwoch	05.03.2025	18:30 Uhr	Step	Silke
		19:30 Uhr	Bodyforming	Silke
Donnerstag	06.03.2025	18:30 Uhr	Lift	Simone
Montag	10.03.2025	18:30 Uhr	Functional Training	Andrea
Mittwoch	12.03.2025	18:30 Uhr	Step	Sabrina
		19:30 Uhr	Bodyforming	Agi
Donnerstag	13.03.2025	18:30 Uhr	Lift	Simone
Montag	17.03.2025	18:30 Uhr	Functional Training	Silke
Mittwoch	19.03.2025	18:30 Uhr	Step	Sabrina
		19:30 Uhr	Bodyforming	Andrea
Donnerstag	20.03.2025	18:30 Uhr	Lift	Silke
Montag	24.03.2025	18:30 Uhr	Functional Training	Andrea
Mittwoch	26.03.2025	18:30 Uhr	Step	Andrea
		19:30 Uhr	Bodyforming	Silke
Donnerstag	27.03.2025	18:30 Uhr	Lift	Simone
Montag	31.03.2025	18:30 Uhr	Functional Training	Silke
Mittwoch	02.04.2025	18:30 Uhr	Step	Andrea
		19:30 Uhr	Bodyforming	Agi
Donnerstag	03.04.2025	18:30 Uhr	Lift	Simone
Montag	07.04.2025	18:30 Uhr	Functional Training	Andrea
Mittwoch	09.04.2025	18:30 Uhr	Step	Silke
		19:30 Uhr	Bodyforming	Andrea
Donnerstag	10.04.2025	18:30 Uhr	Lift	Simone
Osterferien				
Montag	14.04.2025	18:30 Uhr	Outdoor Fitness	Silke
Donnerstag	17.04.2025	18:30 Uhr	Lift	Jutta
Donnerstag	24.04.2025	18:30 Uhr	Lift	Jutta
Montag	28.04.2025	18:30 Uhr	Outdoor Fitness	Andrea
Mittwoch	30.04.2025	18:30 Uhr	Step	Silke
		19:30 Uhr	Bodyforming	Agi

In den Osterferien starten wir montags wieder mit Outdoor Fitness für 1,5 Stunden. Bei schlechtem Wetter findet Functional Training statt. Infos erhaltet ihr dann in der entsprechenden WhatsApp-Gruppe.