

Trainingsplan Mai bis Beginn Sommerferien 2025

Montag	05.05.2025	18:30 Uhr	Outdoor Fitness	Silke
Mittwoch	07.05.2025	18:30 Uhr	Step	Silke
		19:30 Uhr	Bodyforming	Andrea
Donnerstag	08.05.2025	18:30 Uhr	Lift	Simone
Montag	12.05.2025	18:30 Uhr	Outdoor Fitness	Andrea
Mittwoch	14.05.2025	18:30 Uhr	Step	Andrea
		19:30 Uhr	Bodyforming	Silke
Donnerstag	15.05.2025	18:30 Uhr	Lift	Silke
Montag	19.05.2025	18:30 Uhr	Outdoor Fitness	Silke
Mittwoch	21.05.2025	18:30 Uhr	Step	Andrea
		19:30 Uhr	Bodyforming	Agi
Donnerstag	22.05.2025	18:30 Uhr	Lift	Silke
Montag	26.05.2025	18:30 Uhr	Outdoor Fitness	Andrea
Mittwoch	28.05.2025	18:30 Uhr	Step	Sabrina
		19:30 Uhr	Bodyforming	Silke
Montag	02.06.2025	18:30 Uhr	Outdoor Fitness	Andrea
Mittwoch	04.06.2025	18:30 Uhr	Step	Sabrina
		19:30 Uhr	Bodyforming	Andrea
Donnerstag	05.06.2025	18:30 Uhr	Lift	Simone
Mittwoch	11.06.2025	18:30 Uhr	Step	Andrea
		19:30 Uhr	Bodyforming	Agi
Donnerstag	12.06.2025	18:30 Uhr	Lift	Jutta
Montag	16.06.2025	18:30 Uhr	Outdoor Fitness	Silke
Mittwoch	18.06.2025	18:30 Uhr	Step/ Kraft Kombi 1,5 h	Andrea
Montag	23.06.2025	18:30 Uhr	Outdoor Fitness	Silke
Mittwoch	25.06.2025	18:30 Uhr	Step	Silke
		19:30 Uhr	Bodyforming	Andrea
Donnerstag	26.06.2025	18:30 Uhr	Lift	Simone
Montag	30.06.2025	18:30 Uhr	Outdoor Fitness	Andrea
Mittwoch	02.07.2025	18:30 Uhr	Step	Silke
		19:30 Uhr	Bodyforming	Agi
Donnerstag	03.07.2025	18:30 Uhr	Lift	Jutta