

Trainingsplan Sommerferien bis Ende September 2025

Sommerferien

Montag	07.07.2025	18:30 Uhr	Outdoor Fitness	Silke
Donnerstag	10.07.2025	18:30 Uhr	Lift	Simone
Montag	14.07.2025	18:30 Uhr	Outdoor Fitness	Andrea
Donnerstag	17.07.2025	18:30 Uhr	Lift	Simone
Montag	21.07.2025	18:30 Uhr	Outdoor Fitness	Silke
Donnerstag	24.07.2025	18:30 Uhr	Lift	Jutta
Montag	28.07.2025	18:30 Uhr	Outdoor Fitness	Andrea
Donnerstag	31.07.2025	18:30 Uhr	Lift	Simone
Montag	04.08.2025	18:30 Uhr	Outdoor Fitness	Andrea
Donnerstag	07.08.2025	18:30 Uhr	Lift	Jutta
Montag	11.08.2025	18:30 Uhr	Outdoor Fitness	Silke
Donnerstag	14.08.2025	18:30 Uhr	Lift	Silke
Montag	18.08.2025	18:30 Uhr	Outdoor Fitness	Silke
Mittwoch	20.08.2025	18:30 Uhr	Step	Silke
		19:30 Uhr	Bodyforming	Agi
Donnerstag	21.08.2025	18:30 Uhr	Lift	Silke
Montag	25.08.2025	18:30 Uhr	Outdoor Fitness	Andrea
Mittwoch	27.08.2025	18:30 Uhr	Step	Silke
		19:30 Uhr	Bodyforming	Andrea
Donnerstag	28.08.2025	18:30 Uhr	Lift	Simone
Montag	01.09.2025	Weinfest!	Kein Training!	
Mittwoch	03.09.2025	18:30 Uhr	Step	Silke
		19:30 Uhr	Bodyforming	Agi
Donnerstag	04.09.2025	18:30 Uhr	Lift	Jutta
Montag	08.09.2025	18:15 Uhr	Outdoor Fitness	Andrea
Mittwoch	10.09.2025	18:30 Uhr	Step	Sabrina
		19:30 Uhr	Bodyforming	Andrea
Donnerstag	11.09.2025	18:30 Uhr	Lift	Simone
Montag	15.09.2025	18:15 Uhr	Outdoor Fitness	Silke
Mittwoch	17.09.2025	18:30 Uhr	Step	Sabrina
		19:30 Uhr	Bodyforming	Silke
Donnerstag	18.09.2025	18:30 Uhr	Lift	Jutta
Montag	22.09.2025	18:15 Uhr	Outdoor Fitness	Silke
Mittwoch	24.09.2025	18:30 Uhr	Step	Sabrina
		19:30 Uhr	Bodyforming	Agi
Donnerstag	25.09.2025	18:30 Uhr	Lift	Simone
Montag	29.09.2025	18:00 Uhr	Outdoor Fitness	Andrea

Bei schlechtem Wetter findet anstatt Outdoor Fitness Functional Training statt (außer Sommerferien). Infos erhaltet ihr dann in der entsprechenden WhatsApp-Gruppe