

# Fitnessangebot Winter 2024/2025

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	09:30 Uhr Gymnastik Walter			
17:00 Uhr Gymnastik Karl / Hannes	17:00 Uhr Yogilates Andrea	17:00 Uhr Lauf- / Walktreff		17:00 Uhr Gymnastik Gertraud
18:00 Uhr HIIT Regina / Julia	18:30 Uhr Spinning Mandi		18:00 Uhr Krafttraining Hans	

KW	Datum	Zeit	Übungsleiter
<b>1</b>	Montag, 30.12.2024	17:00 - 18:30 Uhr	Hannes
	Montag, 30.12.2024	18:00 - 19:00 Uhr	Regina
	Dienstag, 31.12.2024	09:30 - 11:00 Uhr	kein Training
	Dienstag, 31.12.2024	17:00 - 18:00 Uhr	kein Training
	Dienstag, 31.12.2024	18:30 - 19:30 Uhr	kein Training
	Donnerstag, 02.01.2025	18:00 - 19:30 Uhr	Hans
	Freitag, 03.01.2025	17:00 - 18:30 Uhr	Gertraud
<b>2</b>	Montag, 06.01.2025	17:00 - 18:30 Uhr	kein Training
	Montag, 06.01.2025	18:00 - 19:00 Uhr	kein Training
	Dienstag, 07.01.2025	09:30 - 11:00 Uhr	Walter
	Dienstag, 07.01.2025	17:00 - 18:00 Uhr	Andrea
	Dienstag, 07.01.2025	18:30 - 19:30 Uhr	Mandi
	Donnerstag, 09.01.2025	18:00 - 19:30 Uhr	Hans
	Freitag, 10.01.2025	17:00 - 18:30 Uhr	Gertraud
<b>3</b>	Montag, 13.01.2025	17:00 - 18:30 Uhr	Hannes
	Montag, 13.01.2025	18:00 - 19:00 Uhr	Regina
	Dienstag, 14.01.2025	09:30 - 11:00 Uhr	Walter
	Dienstag, 14.01.2025	17:00 - 18:00 Uhr	Andrea
	Dienstag, 14.01.2025	18:30 - 19:30 Uhr	Mandi
	Donnerstag, 16.01.2025	18:00 - 19:30 Uhr	Hans
	Freitag, 17.01.2025	17:00 - 18:30 Uhr	Gertraud
<b>4</b>	Montag, 20.01.2025	17:00 - 18:30 Uhr	Karl
	Montag, 20.01.2025	18:00 - 19:00 Uhr	Julia
	Dienstag, 21.01.2025	09:30 - 11:00 Uhr	Walter
	Dienstag, 21.01.2025	17:00 - 18:00 Uhr	Andrea
	Dienstag, 21.01.2025	18:30 - 19:30 Uhr	Mandi
	Donnerstag, 23.01.2025	18:00 - 19:30 Uhr	Hans
	Freitag, 24.01.2025	17:00 - 18:30 Uhr	Gertraud
<b>5</b>	Montag, 27.01.2025	17:00 - 18:30 Uhr	Hannes
	Montag, 27.01.2025	18:00 - 19:00 Uhr	Regina
	Dienstag, 28.01.2025	09:30 - 11:00 Uhr	Walter
	Dienstag, 28.01.2025	17:00 - 18:00 Uhr	Andrea
	Dienstag, 28.01.2025	18:30 - 19:30 Uhr	Mandi
	Donnerstag, 30.01.2025	18:00 - 19:30 Uhr	Hans
	Freitag, 31.01.2025	17:00 - 18:30 Uhr	Gertraud

# Fitnessangebot Winter 2024/2025

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	09:30 Uhr Gymnastik Walter			
17:00 Uhr Gymnastik Karl / Hannes	17:00 Uhr Yogilates Andrea	17:00 Uhr Lauf- / Walktreff		17:00 Uhr Gymnastik Gertraud
18:00 Uhr HIIT Regina / Julia	18:30 Uhr Spinning Mandi		18:00 Uhr Krafttraining Hans	

KW	Datum	Zeit	Übungsleiter
<b>6</b>	Montag, 03.02.2025	17:00 - 18:30 Uhr	Karl
	Montag, 03.02.2025	18:00 - 19:00 Uhr	Julia
	Dienstag, 04.02.2025	09:30 - 11:00 Uhr	Walter
	Dienstag, 04.02.2025	17:00 - 18:00 Uhr	Barbara (YOGA)
	Dienstag, 04.02.2025	18:30 - 19:30 Uhr	Mandi
	Donnerstag, 06.02.2025	18:00 - 19:30 Uhr	Hans
	Freitag, 07.02.2025	17:00 - 18:30 Uhr	Gertraud
<b>7</b>	Montag, 10.02.2025	17:00 - 18:30 Uhr	Hannes
	Montag, 10.02.2025	18:00 - 19:00 Uhr	Regina
	Dienstag, 11.02.2025	09:30 - 11:00 Uhr	Walter
	Dienstag, 11.02.2025	17:00 - 18:00 Uhr	Barbara (YOGA)
	Dienstag, 11.02.2025	18:30 - 19:30 Uhr	KEIN TRAINING
	Donnerstag, 13.02.2025	18:00 - 19:30 Uhr	Hans
	Freitag, 14.02.2025	17:00 - 18:30 Uhr	Gertraud
<b>8</b>	Montag, 17.02.2025	17:00 - 18:30 Uhr	Karl
	Montag, 17.02.2025	18:00 - 19:00 Uhr	Julia
	Dienstag, 18.02.2025	09:30 - 11:00 Uhr	Walter
	Dienstag, 18.02.2025	17:00 - 18:00 Uhr	Andrea
	Dienstag, 18.02.2025	18:30 - 19:30 Uhr	Mandi
	Donnerstag, 20.02.2025	18:00 - 19:30 Uhr	Hans
	Freitag, 21.02.2025	17:00 - 18:30 Uhr	Gertraud
<b>9</b>	Montag, 24.02.2025	17:00 - 18:30 Uhr	Hannes
	Montag, 24.02.2025	18:00 - 19:00 Uhr	Regina
	Dienstag, 25.02.2025	09:30 - 11:00 Uhr	Walter
	Dienstag, 25.02.2025	17:00 - 18:00 Uhr	Andrea
	Dienstag, 25.02.2025	18:30 - 19:30 Uhr	Mandi
	Donnerstag, 27.02.2025	18:00 - 19:30 Uhr	Hans
	Freitag, 28.02.2025	17:00 - 18:30 Uhr	Gertraud
<b>10</b>	Montag, 03.03.2025	17:00 - 18:30 Uhr	Karl
	Montag, 03.03.2025	18:00 - 19:00 Uhr	KEIN TRAINING MEHR
	Dienstag, 04.03.2025	09:30 - 11:00 Uhr	Walter
	Dienstag, 04.03.2025	17:00 - 18:00 Uhr	KEIN TRAINING MEHR
	Dienstag, 04.03.2025	18:30 - 19:30 Uhr	KEIN TRAINING MEHR
	Donnerstag, 06.03.2025	18:00 - 19:30 Uhr	Hans
	Freitag, 07.03.2025	17:00 - 18:30 Uhr	Gertraud

## Fitnessangebot Winter 2024/2025

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	09:30 Uhr Gymnastik Walter			
17:00 Uhr Gymnastik Karl / Hannes	17:00 Uhr Yogilates Andrea	17:00 Uhr Lauf- / Walktreff		17:00 Uhr Gymnastik Gertraud
18:00 Uhr HIIT Regina / Julia	18:30 Uhr Spinning Mandi		18:00 Uhr Krafttraining Hans	

KW	Datum	Zeit	Übungsleiter
<b>11</b>	Montag, 10.03.2025	17:00 - 18:30 Uhr	Hannes
	Montag, 10.03.2025	18:00 - 19:00 Uhr	KEIN TRAINING MEHR
	Dienstag, 11.03.2025	09:30 - 11:00 Uhr	Walter
	Dienstag, 11.03.2025	17:00 - 18:00 Uhr	KEIN TRAINING MEHR
	Dienstag, 11.03.2025	18:30 - 19:30 Uhr	KEIN TRAINING MEHR
	Donnerstag, 13.03.2025	18:00 - 19:30 Uhr	Hans
	Freitag, 14.03.2025	17:00 - 18:30 Uhr	Gertraud
<b>12</b>	Montag, 10.03.2025	17:00 - 18:30 Uhr	Karl
	Montag, 10.03.2025	18:00 - 19:00 Uhr	KEIN TRAINING MEHR
	Dienstag, 11.03.2025	09:30 - 11:00 Uhr	Walter
	Dienstag, 11.03.2025	17:00 - 18:00 Uhr	KEIN TRAINING MEHR
	Dienstag, 11.03.2025	18:30 - 19:30 Uhr	KEIN TRAINING MEHR
	Donnerstag, 13.03.2025	18:00 - 19:30 Uhr	Hans
	Freitag, 14.03.2025	17:00 - 18:30 Uhr	Gertraud
<b>13</b>	Montag, 17.03.2025	17:00 - 18:30 Uhr	Hannes
	Montag, 17.03.2025	18:00 - 19:00 Uhr	KEIN TRAINING MEHR
	Dienstag, 18.03.2025	09:30 - 11:00 Uhr	Walter
	Dienstag, 18.03.2025	17:00 - 18:00 Uhr	KEIN TRAINING MEHR
	Dienstag, 18.03.2025	18:30 - 19:30 Uhr	KEIN TRAINING MEHR
	Donnerstag, 20.03.2025	18:00 - 19:30 Uhr	KEIN TRAINING MEHR
	Freitag, 21.03.2025	17:00 - 18:30 Uhr	Gertraud
<b>14</b>	Montag, 24.03.2025	17:00 - 18:30 Uhr	Karl
	Montag, 24.03.2025	18:00 - 19:00 Uhr	KEIN TRAINING MEHR
	Dienstag, 25.03.2025	09:30 - 11:00 Uhr	Walter
	Dienstag, 25.03.2025	17:00 - 18:00 Uhr	KEIN TRAINING MEHR
	Dienstag, 25.03.2025	18:30 - 19:30 Uhr	KEIN TRAINING MEHR
	Donnerstag, 27.03.2025	18:00 - 19:30 Uhr	KEIN TRAINING MEHR
	Freitag, 28.03.2025	17:00 - 18:30 Uhr	Gertraud