







# Februar 2024

KW	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
5	29	30	31	1	2	3	4
				20.15 - 21.00 Uhr Rücken-Yoga mit Petra		12.00 - 12.45 Uhr Let's Bands mit Bea	12.00 - 12.45 Uhr Step Mittelstufe mit Petra
6	5	6	7	8	9	10	11
	16.00 - 16.45 Uhr Schlagerzirkel mit Bea		18.00 - 18.45 Uhr Konditionszirkel mit Naomi	11.00 - 11.45 Uhr Rückenzirkel mit Naomi	18.00 - 18.45 Uhr Faschingsstep mit Lara		12.00 - 13.00 Uhr Yoga Einsteiger "Der Sonnengruß" mit Petra
7	12	13	14	15	16	17	18
	Rosenmontag Faschingszirkel von 8.00 - 13.00 Uhr geöffnet 	8.00 - 8.45 Uhr Kurzhandeltraining mit Lara	11.00 - 11.45 Uhr Latino Einsteiger mit Bea	20.15 - 21.00 Uhr Bauch Beine Po mit Zara	13.00 - 13.45 Uhr Dehnen & Mobilisieren mit Lara	12.00 - 12.45 Uhr Powerstep mit Nicole	9.00 - 9.45 Uhr Mobility Fit fürs Büro mit Zara
8	19	20	21	22	23	24	25
	17.00 - 17.45 Uhr Rückenzirkel mit Lara	17.00 - 17.45 Uhr Aerobic Einsteiger mit Petra	Überraschungskurstag 	20.15 - 21.00 Uhr Latino Fortgeschrittene mit Lara	19.30 - 20.30 Uhr Entspannungs-Yoga mit Petra		11.00 - 11.45 Uhr Balance Fit mit Lara
9	26	27	28	29	1	2	3
	19.00 - 19.45 Uhr Bauchmuskelworkout mit Naomi	18.00 - 18.45 Uhr Powerzirkel mit Naomi	9.00 - 9.45 Uhr Schlagerzirkel mit Bea	