

Trainingsplan April bis Beginn Sommerferien 2026

Donnerstag	02.04.2026	18:30 Uhr	Lift	Silke
Donnerstag	09.04.2026	18:30 Uhr	Lift	Simone
Montag	13.04.2026	18:30 Uhr	Functional Training	Silke
Mittwoch	15.04.2026	18:30 Uhr	Step	Silke
		19:30 Uhr	Bodyforming	Andrea
Donnerstag	16.04.2026	18:30 Uhr	Lift	Silke
Montag	20.04.2026	18:30 Uhr	Functional Training	Andrea
Mittwoch	22.04.2026	18:30 Uhr	Step	Sabrina
		19:30 Uhr	Bodyforming	Agi
Donnerstag	23.04.2026	18:30 Uhr	Lift	Jutta
Montag	27.04.2026	18:30 Uhr	Functional Training	Silke
Mittwoch	29.04.2026	18:30 Uhr	Step	Sabrina
		19:30 Uhr	Bodyforming	Silke
Donnerstag	30.04.2026	18:30 Uhr	Lift	Simone
Montag	04.05.2026	18:30 Uhr	Outdoor Fitness	Andrea
Mittwoch	06.05.2026	18:30 Uhr	Step	Sabrina
		19:30 Uhr	Bodyforming	Agi
Donnerstag	07.05.2026	18:30 Uhr	Lift	Simone
Montag	11.05.2026	18:30 Uhr	Outdoor Fitness	Silke
Mittwoch	13.05.2026	18:30 Uhr	Step	Andrea
		19:30 Uhr	Bodyforming	Silke
Montag	18.05.2026	18:30 Uhr	Outdoor Fitness	Andrea
Mittwoch	20.05.2026	18:30 Uhr	Step	Andrea
		19:30 Uhr	Bodyforming	Silke
Donnerstag	21.05.2026	18:30 Uhr	Lift	Jutta
Mittwoch	27.05.2026	18:30 Uhr	Step	Andrea
		19:30 Uhr	Bodyforming	Agi
Donnerstag	28.05.2026	18:30 Uhr	Lift	Simone
Montag	01.06.2026	18:30 Uhr	Outdoor Fitness	Andrea
Mittwoch	03.06.2026	18:30 Uhr	Step	Sabrina
Montag	08.06.2026	18:30 Uhr	Outdoor Fitness	Silke
Mittwoch	10.06.2026	18:30 Uhr	Step	Sabrina
		19:30 Uhr	Bodyforming	Andrea
Donnerstag	11.06.2026	18:30 Uhr	Lift	Simone
Montag	15.06.2026	18:30 Uhr	Outdoor Fitness	Andrea
Mittwoch	17.06.2026	18:30 Uhr	Step	Silke
		19:30 Uhr	Bodyforming	Agi
Donnerstag	18.06.2026	18:30 Uhr	Lift	Simone
Montag	22.06.2026	18:30 Uhr	Outdoor Fitness	Silke
Mittwoch	24.06.2026	18:30 Uhr	Step	Silke
		19:30 Uhr	Bodyforming	Andrea
Donnerstag	25.06.2026	18:30 Uhr	Lift	Jutta

Ab Mai 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.

Am 03.06. findet nur Step statt, kein Bodyforming!