



Trainingsplan 2024

Monat	Wochentag	Zeit	Angebot					
Januar	Di	20.15	09.01.	16.01.	23.01.	30.01.		
		21.00	09.01.	16.01.		30.01.		
	Do	08.30	11.01.	18.01.	25.01.			
		20.15	11.01.	18.01.	25.01.			
Februar	Di	20.15	06.02.	13.02.	20.02.	27.02.		
		21.00	06.02.	13.02.	20.02.			
	Do	08.30	08.02.	15.02.	22.02.	29.02.		
		20.15	08.02.	15.02.	22.02.	29.02.		
März	Di	20.15	05.03.	12.03.	19.03.	26.03.		
		21.00		12.03.	19.03.	26.03.		
	Do	08.30	07.03.	14.03.	21.03.	28.03.		
		20.15	07.03.	14.03.	21.03.	28.03.		
April	Di	18.45				23.04.	30.04.	
		20.15	02.04.	09.04.	16.04.	23.04.	30.04.	
	Do	21.00	02.04.	09.04.	16.04.	23.04.	30.04.	
		08.30	04.04.			25.04.		
		20.15	04.04.	11.04.	18.04.	25.04.		
Mai	Di	18.45		07.05.	14.05.	21.05.	28.05.	
		20.15		07.05.	14.05.	21.05.	28.05.	
		21.15		07.05.	14.05.	21.05.	28.05.	
	Do	08.30	02.05.		16.05.	23.05.	30.05.	
20.15		02.05.		16.05.	23.05.	30.05.		
Juni	Di	18.45	04.06.	11.06.	18.06.	25.06.		
		20.15	04.06.	11.06.	18.06.	25.06.		
		21.15	04.06.	11.06.	18.06.	25.06.		
	Do	08.30	06.06.	13.06.	20.06.	27.06.		
20.15		08.06.	13.06.	20.06.	27.06.			
Juli	Di	18.45	02.07.	09.07.	16.07.	23.07.	30.07.	
		20.15	02.07.					
		21.15	02.07.					
	Do	08.30	04.07.					
20.15		04.07.						
August	Di	18.45	06.08.	13.08.	20.08.	27.08.		
		20.15			20.08.	27.08.		
		21.15			20.08.	27.08.		
	Do	08.30		15.08.	22.08.	29.08.		
20.15			15.08.	22.08.	29.08.			
September	Di	18.45	03.09.	10.09.	17.09.			
		20.15	03.09.	10.09.	17.09.	24.09.		
		21.15	03.09.	10.09.	17.09.	24.09.		
	Do	08.30	05.09.	12.09.	19.09.			
20.15		05.09.	12.09.	19.09.	26.09.			
Oktober	Di	20.15	01.10.	08.10.	15.10.	22.10.	29.10.	
		21.15	01.10.	08.10.	Vorbereitung	Vorbereitung	Vorbereitung	
	Do	08.30			17.10.	24.10.	31.10.	
		20.15	03.10.	10.10.	17.10.	24.10.	31.01.	
November	Di	20.15	05.11.	12.11.	19.11.			
		21.15	Vorbereitung	Vorbereitung	Hauptprobe			
	Do	08.30	07.11.	14.11.	21.11.	28.11.		
		20.15	07.11.	14.11.				
Dezember	Di	20.15	03.12.	10.12.	17.12.			
		21.15	03.12.	10.12.				
	Do	08.30	05.12.	12.12.	19.12.			

Zumba		Spielen oder spez. Training	
Kraft und Beweglichkeit		Bräteln	
Biken		Hauptversammlung	
Tanzshowgruppe		Weihnachtsessen	
Bodyforming		Schweiz Bewegt	