

01.02-04.02.

Mo.	Di.	Mi.	Do.	Fr.	Sa.	So.
				10:00-11:00 Endurance		11:00-12:00 Free Ride mit Mo
			18:15-19:15 Interval	17:45-18:45 Endurance	13:00-14:00 Start Up mit Michael W.	

05.02.-11.02.

Mo.	Di.	Mi.	Do.	Fr.	Sa.	So.
	10:00-11:00 Interval			10:00-11:00 Strength		11:00-12:00 Free Ride mit Matze
18:00-19:00 Interval		18:15-19:45 XXL Strength	18:15-19:15 Endurance	17:45-18:45 Interval		
19:15-20:15 Strength	19:15-20:15 Interval					

12.02.-18.02.

Mo.	Di.	Mi.	Do.	Fr.	Sa.	So.
	09:30-11:00 XXL Strength			10:00-11:00 Interval		11:00-12:00 Free Ride mit Silke
18:00-19:00 Strength		18:15-19:15 Interval	18:15-19:15 Strength	17:45-18:45 Interval		
19:15-20:15 Endurance	19:15-20:15 Endurance					

19.02.-25.02.

Mo.	Di.	Mi.	Do.	Fr.	Sa.	So.
	10:00-11:00 Endurance			09:30-11:00 XXL Interval		11:00-12:00 Free Ride mit Hilke
18:00-19:00 Endurance		18:15-19:15 Endurance	18:15-19:15 Interval	17:45-18:45 Strength		
19:15-20:15 Interval	19:15-20:15 Interval					

26.02.-28.02.

Mo.	Di.	Mi.	Do.	Fr.	Sa.	So.
	10:00-11:00 Strength					
18:00-19:00 Interval		18:15-19:15 Strength				
19:15-20:15 Interval	19:15-20:15 Strength					

