

01.01.-06.01.

Mo.	Di.	Mi.	Do.	Fr.	Sa.	So.
				10:00-11:00 Interval		11:00-12:00 Free Ride mit Dennis
	Kein Spinning Neujahr	18:15-19:15 Interval	18:15-19:15 Interval	17:45-18:45 Interval		

07.01.-13.01.

Mo.	Di.	Mi.	Do.	Fr.	Sa.	So.
	10:00-11:00 Interval			10:00-11:00 Endurance		11:00-12:00 Free Ride mit Matze
18:00-19:00 Interval		18:15-19:45 XXL Interval	18:15-19:15 Endurance	17:45-18:45 Strength	13:00-14:00 Einsteiger Special mit Michael	
19:15-20:15 Strength	19:15-20:15 Interval					

14.01.-20.01.

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

21.01.-27.01.

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

28.01.-31.01.

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

