

01.03.-04.03.

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

05.03.-11.03.

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

12.03.-18.03.

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

19.03.-25.03.

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 Interval		18:15-19:15 Strength	18:15-19:15 Endurance	17:45-18:45 Interval		
19:15-20:15 Interval	19:15-20:15 Endurance					

26.03.-31.03.

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

