

Montag, 17:00
Dienstag, 09:30 u. 18:00
Freitag 17:00

Aufwärmen

Bodengymnastik
 Dehnen



Donnerstag, 18:00

Aufwärmen

Krafttraining
 Dehnen



| Datum | Zeit | Übungsleiter | Ersatz/Sonstiges |
|------------------------------|-------------|----------------------|------------------|
| Montag, 6. Jänner 2020 | 17:00-18:30 | XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX | |
| Dienstag, 7. Jänner 2020 | 09:30-11:00 | Pfleger Walter | |
| | 18:00-19:30 | Seemann Regina | |
| Donnerstag, 9. Jänner 2020 | 18:00-19:30 | Silbermayr Hannes | |
| Freitag, 10. Jänner 2020 | 17:00-18:30 | Salfinger Gertraud | |
| Montag, 13. Jänner 2020 | 17:00-18:30 | Absatz Karl | |
| Dienstag, 14. Jänner 2020 | 09:30-11:00 | Pfleger Walter | |
| | 18:00-19:30 | Trillsam Gerti | |
| Donnerstag, 16. Jänner 2020 | 18:00-19:30 | Mold Johann | |
| Freitag, 17. Jänner 2020 | 17:00-18:30 | Salfinger Gertraud | |
| Montag, 20. Jänner 2020 | 17:00-18:30 | Fink Christian | |
| Dienstag, 21. Jänner 2020 | 09:30-11:00 | Pfleger Walter | |
| | 18:00-19:30 | Seemann Regina | |
| Donnerstag, 23. Jänner 2020 | 18:00-19:30 | Silbermayr Hannes | |
| Freitag, 24. Jänner 2020 | 17:00-18:30 | Salfinger Gertraud | |
| Montag, 27. Jänner 2020 | 17:00-18:30 | Absatz Karl | |
| Dienstag, 28. Jänner 2020 | 09:30-11:00 | Pfleger Walter | |
| | 18:00-19:30 | Trillsam Gerti | |
| Donnerstag, 30. Jänner 2020 | 18:00-19:30 | Mold Johann | |
| Freitag, 31. Jänner 2020 | 17:00-18:30 | Salfinger Gertraud | |
| Montag, 3. Februar 2020 | 17:00-18:30 | Fink Christian | |
| Dienstag, 4. Februar 2020 | 09:30-11:00 | Pfleger Walter | |
| | 18:00-19:30 | Seemann Regina | |
| Donnerstag, 6. Februar 2020 | 18:00-19:30 | Silbermayr Hannes | |
| Freitag, 7. Februar 2020 | 17:00-18:30 | Salfinger Gertraud | |
| Montag, 10. Februar 2020 | 17:00-18:30 | Absatz Karl | |
| Dienstag, 11. Februar 2020 | 09:30-11:00 | Pfleger Walter | |
| | 18:00-19:30 | Trillsam Gerti | |
| Donnerstag, 13. Februar 2020 | 18:00-19:30 | Mold Johann | |
| Freitag, 14. Februar 2020 | 17:00-18:30 | Salfinger Gertraud | |
| Montag, 17. Februar 2020 | 17:00-18:30 | Fink Christian | |
| Dienstag, 18. Februar 2020 | 09:30-11:00 | Pfleger Walter | |
| | 18:00-19:30 | Seemann Regina | |
| Donnerstag, 20. Februar 2020 | 18:00-19:30 | Silbermayr Hannes | |
| Freitag, 21. Februar 2020 | 17:00-18:30 | Salfinger Gertraud | |
| Montag, 24. Februar 2020 | 17:00-18:30 | Silbermayr Hannes | |
| Dienstag, 25. Februar 2020 | 09:30-11:00 | Pfleger Walter | |
| | 18:00-19:30 | Trillsam Gerti | |
| Donnerstag, 27. Februar 2020 | 18:00-19:30 | Silbermayr Hannes | |
| Freitag, 28. Februar 2020 | 17:00-18:30 | Salfinger Gertraud | |
| Montag, 2. März 2020 | 17:00-18:30 | Absatz Karl | |
| Dienstag, 3. März 2020 | 09:30-11:00 | Pfleger Walter | |
| | 18:00-19:30 | Seemann Regina | |
| Donnerstag, 5. März 2020 | 18:00-19:30 | Mold Johann | |
| Freitag, 6. März 2020 | 17:00-18:30 | Salfinger Gertraud | |
| Montag, 9. März 2020 | 17:00-18:30 | Fink Christian | |
| Dienstag, 10. März 2020 | 09:30-11:00 | Pfleger Walter | |
| | 18:00-19:30 | Trillsam Gerti | |
| Donnerstag, 12. März 2020 | 18:00-19:30 | Mold Johann | |
| Freitag, 13. März 2020 | 17:00-18:30 | Salfinger Gertraud | |
| Montag, 16. März 2020 | 17:00-18:30 | Absatz Karl | |
| Dienstag, 17. März 2020 | 09:30-11:00 | Pfleger Walter | |
| | 18:00-19:30 | Seemann Regina | |
| Donnerstag, 19. März 2020 | 18:00-19:30 | XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX | |
| Freitag, 20. März 2020 | 17:00-18:30 | Salfinger Gertraud | |
| Montag, 23. März 2020 | 17:00-18:30 | Silbermayr Hannes | |
| Dienstag, 24. März 2020 | 09:30-11:00 | Pfleger Walter | |
| | 18:00-19:30 | Trillsam Gerti | |
| Donnerstag, 26. März 2020 | 18:00-19:30 | XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX | |
| Freitag, 27. März 2020 | 17:00-18:30 | Salfinger Gertraud | |

Bei der Regina Seemann git es ein HIT (High Intensity Training) Training