

TuS Langenholthausen - Breitensport - 1. Halbjahr 2023

Fitness + Gesundheit Mo: 18:30-19:30 Uhr

Step/Workout Do: 19-20 Uhr

Korce Di: 18:45-19:45 Uhr

Pilates Mo: 10:30-11:30 Uhr / Do: 17:45-18:45 Uhr

Hot Iron Langhantel Mi: 19-20 Uhr

Januar	Februar	März	April	Mai	Juni
01 So Neujahr	01 Mi	01 Mi HIL	01 Sa	01 Mo Tag der Arbeit	01 Do Step
02 Mo	02 Do PIL / Step	02 Do PIL / Step	02 So	02 Di K	02 Fr
03 Di K	03 Fr	03 Fr	03 Mo PIL / Step!	03 Mi HIL	03 Sa
04 Mi HIL	04 Sa	04 Sa	04 Di K	04 Do Step	04 So
05 Do Step	05 So	05 So	05 Mi HIL	05 Fr	05 Mo Schüfest 🍺
06 Fr	06 Mo PIL / FIG	06 Mo PIL / FIG	06 Do	06 Sa	06 Di K
07 Sa	07 Di K	07 Di K	07 Fr Karfreitag	07 So	07 Mi HIL
08 So	08 Mi HIL	08 Mi HIL	08 Sa	08 Mo FIG	08 Do Fronleichnam
09 Mo FIG	09 Do PIL / Step	09 Do PIL / Step	09 So	09 Di K	09 Fr
10 Di K	10 Fr	10 Fr	10 Mo Ostermontag	10 Mi HIL	10 Sa
11 Mi HIL	11 Sa	11 Sa	11 Di	11 Do Step	11 So
12 Do Step	12 So	12 So	12 Mi	12 Fr	12 Mo FIG
13 Fr	13 Mo PIL / FIG	13 Mo PIL / FIG	13 Do	13 Sa	13 Di K
14 Sa	14 Di K	14 Di K	14 Fr	14 So	14 Mi HIL
15 So	15 Mi HIL	15 Mi HIL	15 Sa	15 Mo FIG	15 Do Step
16 Mo FIG	16 Do (Step ?)	16 Do PIL / Step	16 So	16 Di K	16 Fr
17 Di K	17 Fr	17 Fr	17 Mo FIG	17 Mi HIL	17 Sa
18 Mi HIL	18 Sa	18 Sa	18 Di K	18 Do Christi Himmelfahrt	18 So
19 Do PIL / Step	19 So	19 So	19 Mi HIL	19 Fr	19 Mo FIG
20 Fr	20 Mo Rosenmontag	20 Mo PIL / FIG	20 Do Step	20 Sa	20 Di K
21 Sa	21 Di K	21 Di K	21 Fr	21 So	21 Mi HIL
22 So	22 Mi HIL	22 Mi HIL	22 Sa	22 Mo Blutspende!	22 Do Step
23 Mo PIL / FIG	23 Do PIL / Step	23 Do PIL / Step	23 So	23 Di K	23 Fr
24 Di K	24 Fr	24 Fr	24 Mo FIG	24 Mi HIL	24 Sa
25 Mi HIL	25 Sa	25 Sa	25 Di K	25 Do Step	25 So
26 Do PIL / Step	26 So	26 So	26 Mi HIL	26 Fr	26 Mo FIG
27 Fr	27 Mo PIL / FIG	27 Mo PIL / FIG	27 Do Step	27 Sa	27 Di K
28 Sa	28 Di K	28 Di K	28 Fr	28 So	28 Mi HIL
29 So		29 Mi HIL	29 Sa	29 Mo Pfingstmontag	29 Do Step
30 Mo PIL / Blutsp.!		30 Do PIL / Step	30 So	30 Di K	30 Fr
31 Di		31 Fr		31 Mi HIL	Start 2. Halbjahr: 01. August 2023