

### 01.12-08.12.

Mo.	Di.	Mi.	Do.	Fr.	Sa.	So.
				10:00-11:30 Nikolaus Special		01.12/ 11:00-12:00 Andreas
18:00-19:00 Interval		18:00-19:00 Criss Cross	18:15-19:15 Strength	17:45-19:15 Nikolaus Special		08.12/ 11:00-12:00 Thomas
19:15-20:15 Strength						

### 09.12.-15.12.

Mo.	Di.	Mi.	Do.	Fr.	Sa.	So.
				10:00-11:00 Criss Cross		11:00-12:00 Dennis
18:00-19:00 Endurance		18:00-19:00 Interval	18:15-19:15 Interval	17:45-18:45 Endurance		
19:15-20:15 Interval						

### 16.12.-22.12.

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

### 23.12.-29.12.

Mo.	Di.	Mi.	Do.	Fr.	Sa.	So.
				10:00-11:00 Strength		11:00-12:00 Jens
18:00-19:00 Interval		Kein Spinning 1. Weihnachtstag	12:15-13:15 Special mit Henning	17:45-19:15 Interval 90 min		
19:15-20:15 Interval						

### 30.12.-31.12.

Mo.	Di.	Mi.	Do.	Fr.	Sa.	So.
18:00-19:00 Interval		Kein Spinning Neujahr				
19:15-20:15 Interval						