

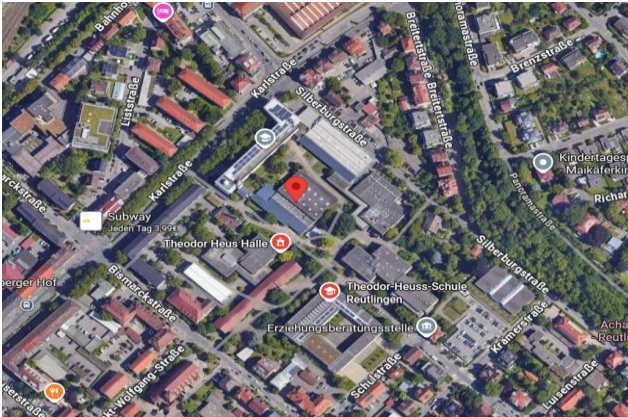
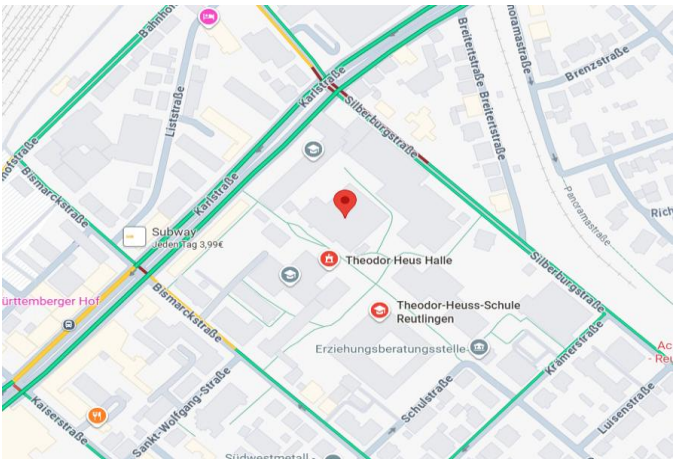
Datum	Tag	Abteilung	Zeit	Trainer	Programm
06.11.2026	Freitag	Family	18.15 - 19.30 Uhr	Jannik	PGL-Indoor Family "bike hard - play hard"
		struggle workout	19.45 - 21.15 Uhr	Jannik	Muscle and Bike Fitness mit Sally und Roxanne
13.11.2026	Freitag	Family	18.15 - 19.30 Uhr	Jascha	PGL-Indoor Family "bike hard - play hard"
		struggle workout	19.45 - 21.15 Uhr	Jascha	Muscle and Bike Fitness mit Sally und Roxanne
20.11.2026	Freitag	Family	18.15 - 19.30 Uhr	Lennart	PGL-Indoor Family "bike hard - play hard"
		struggle workout	19.45 - 21.15 Uhr	Lennart	Muscle and Bike Fitness mit Sally und Roxanne
27.11.2026	Freitag	Family	18.15 - 19.30 Uhr	Jannik	PGL-Indoor Family "bike hard - play hard"
		struggle workout	19.45 - 21.15 Uhr	Jannik	Muscle and Bike Fitness mit Sally und Roxanne
04.12.2026	Freitag	Family	18.15 - 19.30 Uhr	Lennart	PGL-Indoor Family "bike hard - play hard"
		struggle workout	19.45 - 21.15 Uhr	Lennart	Muscle and Bike Fitness mit Sally und Roxanne
11.12.2026	Freitag	all together	18.15 - 19.30 Uhr	Peer	CRASH-Conditioning - richtig stürzen kann man lernen Teil I
		struggle workout	19.45 - 21.15 Uhr	Lennart	Muscle and Bike Fitness mit Sally und Roxanne
18.12.2026	Freitag	Family	18.15 - 19.30 Uhr	Jascha	PGL-Indoor Family "bike hard - play hard"
		struggle workout	19.45 - 21.15 Uhr	Jascha	Muscle and Bike Fitness mit Sally und Roxanne
25.12.2026	Freitag	Family	18.15 - 19.30 Uhr		KEIN Training - Ferien - Weihnachten
		struggle workout	19.45 - 21.15 Uhr		KEIN Training - Ferien - Weihnachten
01.01.2027	Freitag	Family	18.15 - 19.30 Uhr		KEIN Training - Ferien - Neujahr
		struggle workout	19.45 - 21.15 Uhr		KEIN Training - Ferien - Neujahr
08.01.2027	Freitag	Family	18.15 - 19.30 Uhr		KEIN Training - Ferien
		struggle workout	19.45 - 21.15 Uhr		KEIN Training - Ferien
15.01.2027	Freitag	all together	18.15 - 19.30 Uhr	Peer	CRASH-Conditioning - richtig stürzen kann man lernen Teil II
		struggle workout	19.45 - 21.15 Uhr	Jascha	Muscle and Bike Fitness mit Sally und Roxanne
22.01.2027	Freitag	Family	18.15 - 19.30 Uhr	Jannik	PGL-Indoor Family "bike hard - play hard"
		struggle workout	19.45 - 21.15 Uhr	Jannik	Muscle and Bike Fitness mit Sally und Roxanne
29.01.2027	Freitag	all together	18.15 - 19.30 Uhr	Peer	PARCOURS - Parcours-Elemente fürs Mountainbiken Teil I
		struggle workout	19.45 - 21.15 Uhr	Jannik	Muscle and Bike Fitness mit Sally und Roxanne
05.02.2027	Freitag	all together	18.15 - 19.30 Uhr	Franz	spezielles FOOTBALL-Training - Aufwärmen - Technik - Spiel
		struggle workout	19.45 - 21.15 Uhr	Lennart	Muscle and Bike Fitness mit Sally und Roxanne
12.02.2027	Freitag	Family	18.15 - 19.30 Uhr		KEIN Training - Ferien
		struggle workout	19.45 - 21.15 Uhr		KEIN Training - Ferien
19.02.2027	Freitag	all together	18.15 - 19.30 Uhr	Peer	CRASH-Conditioning - richtig stürzen kann man lernen Teil III
		struggle workout	19.45 - 21.15 Uhr	Jascha	Muscle and Bike Fitness mit Sally und Roxanne
26.02.2027	Freitag	all together	18.15 - 19.30 Uhr	Thomas	RADBALL-Training - wie fährt man ein Radball-Bike - Bälle - Tore - Gegner
		struggle workout	19.45 - 21.15 Uhr	Jannik	Muscle and Bike Fitness mit Sally und Roxanne
05.03.2027	Freitag	all together	18.15 - 19.30 Uhr	Peer	PARCOURS - Parcours-Elemente fürs Mountainbiken Teil II
		struggle workout	19.45 - 21.15 Uhr	Lennart	Muscle and Bike Fitness mit Sally und Roxanne
12.03.2027	Freitag	Family	18.15 - 19.30 Uhr	Jannik	PGL-Indoor Family "bike hard - play hard"
		struggle workout	19.45 - 21.15 Uhr	John	MOTOCROSS-Fitness mit John Vogelwaid - "Sally und Roxanne in the shadow"
19.03.2027	Freitag	all together	18.15 - 19.30 Uhr	Thomas	RADBALL-Training - wie fährt man ein Radball-Bike - Bälle - Tore - Gegner
		struggle workout	19.45 - 21.15 Uhr	Lennart	Muscle and Bike Fitness mit Sally und Roxanne
26.03.2027	Freitag	Family	18.15 - 19.30 Uhr		KEIN Training - Karfreitag
		struggle workout	19.45 - 21.15 Uhr		KEIN Training - Karfreitag

Google-Maps:

Navi zur Halle

Adresse:

Theodor-Heuss-Schule, Schulstraße 35, 72764 Reutlingen



Abteilung	Inhalt		
Family	"bike hard - play hard" - Koordination, Gymnastik, Spaß und Spiel, Gemeinschaft, jung und alt, Musik		
struggle workout	Fitness, Kraft, Ausdauer, Koordination, und natürlich Sally und Roxanne		
	Sally	Streame Bring Sally Up Workout – Single von Tabata Songs Spotify	
	Roxanne	Roxanne – Song, Lyrics und Musikvideo von The Police Spotify	
Trainer intern	Jannik, Jascha, Lennart		
Trainer extern	Thema	Inhalt	Anzahl Trainings
1. Peer Burk	Crash-Kondit.	richtig Stürzen	3 Termine
2. Thomas Barth	Radball	wie fährt man ein Radball-Bike	2 Termine
3. John Vogelwaid	Kraftzirkel	Motocross-Fitness	1 Termin
4. Peer Burk	Parcours	Frontflip, Backflip, Sideflip, usw..	2 Termine
5. Franz Schneider	Football	spezielles Football-Training	1 Termin