BELEGUNGSPLAN – GROSSER KRAFTRAUM

KW 40 / 1996

Zeit	Montag 30.09.		Dienstag 01.10.		Mittwoch 02.10.		Donnerstag 03.10.		Freitag 04.10.		Samstag 05.10.	Sonntag 06.10.	Zeit
07:00													07:00
08:00	allgemeines Fitnesstraining Kraft & Fitness 08:00 - 12:00		allgemeines Fitnesstraining Kraft & Fitness 08:00 - 12:00		allgemeines Fitnesstraining Kraft & Fitness 08:00 - 12:00		allgemeines Fitnesstraining Kraft & Fitness 08:00 - 12:00		allgemeines Fitnesstraining Kraft & Fitness 08:00 - 12:00				08:00
09:00													09:00
10:00											allgemeines Fitnesstraining Kraft & Fitness 10:00 - 13:00	allgemeines Fitnesstraining Kraft & Fitness 10:00 - 13:00	10:00
11:00													11:00
12:00													12:00
13:00													13:00
14:00													14:00
15:00													15:00
16:00	allgemeines Fitnesstraining Kraft & Fitness 16:00 - 22:00	Gewichthebertraining allgemein Gewichtheben 16:00 - 22:00	allgemeines Fitnesstraining Kraft & Fitness 16:00 - 22:00		allgemeines Fitnesstraining Kraft & Fitness 16:00 - 22:00	Gewichthebertraining allgemein Gewichtheben 16:00 - 22:00	allgemeines Fitnesstraining Kraft & Fitness 16:00 - 22:00		allgemeines Fitnesstraining Kraft & Fitness 16:00 - 22:00	Gewichthebertraining allgemein Gewichtheben 16:00 - 22:00			16:00
17:00													17:00
18:00				Jugendliche / Erwachsene Gewichtheben 18:00 - 20:00				Jugendliche / Erwachsene Gewichtheben 18:00 - 20:00					18:00
19:00													19:00
20:00													20:00
21:00													21:00
22:00													22:00
23:00													23:00
00:00													00:00