

BELEGUNGSPLAN – GROSSER KRAFTRAUM

KW 38 / 2035

Zeit	Montag 17.09.		Dienstag 18.09.		Mittwoch 19.09.		Donnerstag 20.09.		Freitag 21.09.		Samstag 22.09.	Sonntag 23.09.	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													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	Gewichthebertraining allgemein Gewichtheben 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	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			