

BELEGUNGSPLAN – GROSSER KRAFTRAUM

KW 11 / 2038

Zeit	Montag 15.03.		Dienstag 16.03.		Mittwoch 17.03.		Donnerstag 18.03.		Freitag 19.03.		Samstag 20.03.	Sonntag 21.03.	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	Jugendliche / Erwachsene Gewichtheben 18:00 - 20:00	allgemeines Fitnesstraining Kraft & Fitness 16:00 - 22:00	Gewichthebertraining allgemein Gewichtheben 16:00 - 22:00					16:00					
17:00															17:00			
18:00																		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					