

BELEGUNGSPLAN – GROSSER KRAFTRAUM

KW 03 / 2041

Zeit	Montag 14.01.		Dienstag 15.01.		Mittwoch 16.01.		Donnerstag 17.01.		Freitag 18.01.		Samstag 19.01.	Sonntag 20.01.	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				