

BELEGUNGSPLAN – GROSSER KRAFTRAUM

KW 04 / 2041

Zeit	Montag 21.01.		Dienstag 22.01.		Mittwoch 23.01.		Donnerstag 24.01.		Freitag 25.01.		Samstag 26.01.		Sonntag 27.01.		Zeit			
07:00															07:00			
08:00	allgemeines Fitnessstraining Kraft & Fitness 08:00 - 12:00		allgemeines Fitnessstraining Kraft & Fitness 08:00 - 12:00		allgemeines Fitnessstraining Kraft & Fitness 08:00 - 12:00		allgemeines Fitnessstraining Kraft & Fitness 08:00 - 12:00		allgemeines Fitnessstraining 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 Fitnessstraining Kraft & Fitness 16:00 - 22:00	Gewichthebertraining allgemein Gewichtheben 16:00 - 22:00	allgemeines Fitnessstraining Kraft & Fitness 16:00 - 22:00		allgemeines Fitnessstraining Kraft & Fitness 16:00 - 22:00	Gewichthebertraining allgemein Gewichtheben 16:00 - 22:00	allgemeines Fitnessstraining Kraft & Fitness 16:00 - 22:00		allgemeines Fitnessstraining 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			