

BELEGUNGSPLAN – GROSSER KRAFTRAUM

KW 38 / 2042

Zeit	Montag 15.09.		Dienstag 16.09.		Mittwoch 17.09.		Donnerstag 18.09.		Freitag 19.09.		Samstag 20.09.	Sonntag 21.09.	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		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						