

BELEGUNGSPLAN – GROSSER KRAFTRAUM

KW 02 / 2043

Zeit	Montag 05.01.		Dienstag 06.01.		Mittwoch 07.01.		Donnerstag 08.01.		Freitag 09.01.		Samstag 10.01.	Sonntag 11.01.	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				