

BELEGUNGSPLAN – GROSSER KRAFTRAUM

KW 12 / 2045

Zeit	Montag 20.03.		Dienstag 21.03.		Mittwoch 22.03.		Donnerstag 23.03.		Freitag 24.03.		Samstag 25.03.		Sonntag 26.03.		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																				
21:00													21:00							
22:00															22:00					
23:00															23:00					
00:00															00:00					