

BELEGUNGSPLAN – GROSSER KRAFTRAUM

KW 03 / 2048

Zeit	Montag 13.01.		Dienstag 14.01.		Mittwoch 15.01.		Donnerstag 16.01.		Freitag 17.01.		Samstag 18.01.		Sonntag 19.01.		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	Gewichthebertr aining allgemein Gewichtheben 16:00 - 22:00	allgemeines Fitnessstraining Kraft & Fitness 16:00 - 22:00		allgemeines Fitnessstraining Kraft & Fitness 16:00 - 22:00	Gewichthebertr aining allgemein Gewichtheben 16:00 - 22:00	allgemeines Fitnessstraining Kraft & Fitness 16:00 - 22:00		allgemeines Fitnessstraining Kraft & Fitness 16:00 - 22:00	Gewichthebertr aining 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			