

BELEGUNGSPLAN – GROSSER KRAFTRAUM

KW 38 / 2053

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																		
21:00													21:00					
22:00													22:00					
23:00													23:00					
00:00													00:00					