BELEGUNGSPLAN – GROSSER KRAFTRAUM

KW 50 / 2071

Zeit	Montag 07.12.	Dienstag 08.12.	Mittwoch 09.12.	Donnerstag 10.12.	Freitag 11.12.	Samstag 12.12.	Sonntag 13.12.	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	allgemeines Fitnesstraining Kraft & Fitness 16:00 - 22:00	allgemeines Fitnesstraining Kraft & Fitness 16:00 - 22:00	allgemeines Fitnesstraining Kraft & Fitness 16:00 - 22:00	allgemeines Fitnesstraining Kraft & Fitness 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

Zeit	Montag 07.12.	Zeit
16:00	Gewichthebertraining allgemein Gewichtheben 16:00 - 22:00	16:00
17:00		17:00
18:00		18:00
19:00		19:00
20:00		20:00
21:00		21:00

Zeit	Mittwoch 09.12.	Zeit
16:00	Gewichthebertraining allgemein Gewichtheben 16:00 - 22:00	16:00
17:00		17:00
18:00		18:00
19:00		19:00
20:00		20:00
21:00		21:00

Zeit	Freitag 11.12.	Zeit
16:00	Gewichthebertraining allgemein Gewichtheben 16:00 - 22:00	16:00
17:00		17:00
18:00		18:00
19:00		19:00
20:00		20:00
21:00		21:00