

BELEGUNGSPLAN – GROSSER KRAFTRAUM

KW 11 / 2024

Zeit	Montag 11.03.		Dienstag 12.03.		Mittwoch 13.03.		Donnerstag 14.03.		Freitag 15.03.		Samstag 16.03.		Sonntag 17.03.		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		allgemeines Fitnesstraining Kraft & Fitness 10:00 - 13:00	allgemeines Fitnesstraining Kraft & Fitness 10:00 - 13:00		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															20:00					
21:00															21:00					
22:00															22:00					
23:00															23:00					
00:00															00:00					