

BELEGUNGSPLAN – GROSSER KRAFTRAUM

KW 18 / 2024

Zeit	Montag 29.04.		Dienstag 30.04.		Mittwoch 01.05.		Donnerstag 02.05.		Freitag 03.05.		Samstag 04.05.		Sonntag 05.05.		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			allgemeines Fitnessstraining Kraft & Fitness 10:00 - 13:00	allgemeines Fitnessstraining 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 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																										
20:00															20:00											
21:00															21:00											
22:00															22:00											
23:00															23:00											
00:00															00:00											