

BELEGUNGSPLAN – GROSSER KRAFTRAUM

KW 25 / 2024

Zeit	Montag 17.06.		Dienstag 18.06.		Mittwoch 19.06.		Donnerstag 20.06.		Freitag 21.06.		Samstag 22.06.		Sonntag 23.06.		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																	19:00			
20:00															20:00					
21:00															21:00					
22:00															22:00					
23:00															23:00					
00:00															00:00					