

BELEGUNGSPLAN – GROSSER KRAFTRAUM

KW 29 / 2024

Zeit	Montag 15.07.		Dienstag 16.07.		Mittwoch 17.07.		Donnerstag 18.07.		Freitag 19.07.		Samstag 20.07.		Sonntag 21.07.		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	Jugendliche / Erwachsene Gewichtheben 18:00 - 20:00	allgemeines Fitnesstraining Kraft & Fitness 16:00 - 22:00	Gewichthebertraining allgemein Gewichtheben 16:00 - 22:00	allgemeines Fitnesstraining Kraft & Fitness 16:00 - 22:00	Jugendliche / Erwachsene Gewichtheben 18:00 - 20:00	allgemeines Fitnesstraining Kraft & Fitness 16:00 - 22:00	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							
22:00														22:00							
23:00														23:00							
00:00														00:00							