

BELEGUNGSPLAN – GROSSER KRAFTRAUM

KW 52 / 2024

Zeit	Montag 23.12.		Dienstag 24.12.		Mittwoch 25.12.		Donnerstag 26.12.		Freitag 27.12.		Samstag 28.12.		Sonntag 29.12.		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				