

BELEGUNGSPLAN – GROSSER KRAFTRAUM

KW 16 / 2025

Zeit	Montag 14.04.		Dienstag 15.04.		Mittwoch 16.04.		Donnerstag 17.04.		Freitag 18.04.		Samstag 19.04.		Sonntag 20.04.		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						08:00				
09:00																			
10:00													allgemeines Fitnesstraining Kraft & Fitness 10:00 - 13:00	allgemeines Fitnesstraining Kraft & Fitness 10:00 - 13:00					
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																			
18:00													Jugendliche / Erwachsene Gewichtheben 18:00 - 20:00			Jugendliche / Erwachsene Gewichtheben 18:00 - 20:00			
19:00																			
20:00															20:00				
21:00															21:00				
22:00															22:00				
23:00															23:00				
00:00															00:00				