

BELEGUNGSPLAN – GROSSER KRAFTRAUM

KW 29 / 2032

Zeit	Montag 12.07.		Dienstag 13.07.		Mittwoch 14.07.		Donnerstag 15.07.		Freitag 16.07.		Samstag 17.07.		Sonntag 18.07.		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						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	Jugendliche / Erwachsene Gewichtheben 18:00 - 20:00	allgemeines Fitnessstraining Kraft & Fitness 16:00 - 22:00	Gewichthebertraining allgemein Gewichtheben 16:00 - 22:00	allgemeines Fitnessstraining Kraft & Fitness 16:00 - 22:00	Jugendliche / Erwachsene Gewichtheben 18:00 - 20:00	allgemeines Fitnessstraining 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	