

BELEGUNGSPLAN – GROSSER KRAFTRAUM

KW 03 / 2034

Zeit	Montag 16.01.		Dienstag 17.01.		Mittwoch 18.01.		Donnerstag 19.01.		Freitag 20.01.		Samstag 21.01.		Sonntag 22.01.		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															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		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																			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					