

BELEGUNGSPLAN – GROSSER KRAFTRAUM

KW 49 / 2035

Zeit	Montag 03.12.		Dienstag 04.12.		Mittwoch 05.12.		Donnerstag 06.12.		Freitag 07.12.		Samstag 08.12.		Sonntag 09.12.		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						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		