

BELEGUNGSPLAN – GROSSER KRAFTRAUM

KW 30 / 2040

Zeit	Montag 23.07.		Dienstag 24.07.		Mittwoch 25.07.		Donnerstag 26.07.		Freitag 27.07.		Samstag 28.07.		Sonntag 29.07.		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		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			