

BELEGUNGSPLAN – GROSSER KRAFTRAUM

KW 05 / 2043

Zeit	Montag 26.01.		Dienstag 27.01.		Mittwoch 28.01.		Donnerstag 29.01.		Freitag 30.01.		Samstag 31.01.		Sonntag 01.02.		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																						
21:00														21:00								
22:00															22:00							
23:00															23:00							
00:00															00:00							