

BELEGUNGSPLAN – GROSSER KRAFTRAUM

KW 11 / 2045

Zeit	Montag 13.03.		Dienstag 14.03.		Mittwoch 15.03.		Donnerstag 16.03.		Freitag 17.03.		Samstag 18.03.		Sonntag 19.03.		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	Jugendliche / Erwachsene Gewichtheben 18:00 - 20:00	allgemeines Fitnesstraining Kraft & Fitness 16:00 - 22:00	Gewichthebertraining allgemein Gewichtheben 16:00 - 22:00	allgemeines Fitnesstraining Kraft & Fitness 16:00 - 22:00	Jugendliche / Erwachsene Gewichtheben 18:00 - 20:00	allgemeines Fitnesstraining 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	