Wochenplan

Legende: rot kein freies Training möglich gelb Training, freies Training parallel dazu möglich grün Freies Training ohne Trainer

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Bis 09.00							
09.00 – 10.00						Athletik & Gewichtheben	
10.00 – 11.00							
11.00 – 12.00							
12.00 – 13.00							
13.00 – 14.00						KDK	KDK
14.00 – 15.00							
15.00 – 16.00							
16.00 – 17.00							
17.00 – 18.00	Gewichtheben	KDK	Gewichtheben	KDK	Gewichtheben		
18.00 – 19.00							
19.00 – 20.00							
Ab 20.00							