

11.10.2020	Montag			Dienstag			Mittwoch			Donnerstag			Freitag			Samstag								
Uhrzeit	Ergo Bootshalle (8 Ergos)	Ergo Fitness-Raum (8 Ergos)	Kraft Fitness-Raum	Wasser-training	Ergo Bootshalle (8 Ergos)	Ergo Fitness-Raum (8 Ergos)	Kraft Fitness-Raum	Wasser-training	Ergo Bootshalle (8 Ergos)	Ergo Fitness-Raum (8 Ergos)	Kraft Fitness-Raum	Turnhalle	Ergo Bootshalle (8 Ergos)	Ergo Fitness-Raum (8 Ergos)	Kraft Fitness-Raum	Ergo Bootshalle (8 Ergos)	Ergo Fitness-Raum (8 Ergos)	Kraft Fitness-Raum	Wasser-training	Ergo Bootshalle (8 Ergos)	Ergo Fitness-Raum (8 Ergos)	Kraft Fitness-Raum		
05:00 - 05:30																								
05:30 - 06:00																								
06:00 - 06:30																								
06:30 - 07:00				6i 8er Frauen; Wassertraining ist allen Gruppen offen				6i 8er Männer; Wassertraining ist allen Gruppen offen																
07:00 - 07:30						Training mit Franz																		
07:30 - 08:00																								
08:00 - 08:30																								
08:30 - 09:00																								
09:00 - 09:30																								
09:30 - 10:00																								
10:00 - 10:30																								
10:30 - 11:00																								
11:00 - 11:30																								
11:30 - 12:00																								
12:00 - 12:30																								
12:30 - 13:00																								
13:00 - 13:30																								
13:30 - 14:00																								
14:00 - 14:30																								
14:30 - 15:00																								
15:00 - 15:30																								
15:30 - 16:00																								
16:00 - 16:30																								
16:30 - 17:00																								
17:00 - 17:30																								
17:30 - 18:00																								
18:00 - 18:30																								
18:30 - 19:00	Leistungssport																							
19:00 - 19:30		Leistungssport																						
19:30 - 20:00																								
20:00 - 20:30																								
20:30 - 21:00																								
21:00 - 21:30																								
21:30 - 22:00																								