

Stundenplan Sommerferien

Gültig:
26.07. - 09.09.2018

Zeit	Montag		Dienstag		Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	Zeit	
07:00										07:00	
07:15										07:15	
07:30										07:30	
07:45										07:45	
08:00										08:00	
08:15										08:15	
08:30										08:30	
08:45										08:45	
09:00			Amplitude RV							09:00	
09:15										09:15	
09:30										09:30	
09:45										09:45	
10:00			Offene Trainingszeit					Mobilität		10:00	
10:15										10:15	
10:30									10:30		
10:45									10:45		
11:00						Amplitude EK		Offene Trainingszeit		11:00	
11:15											11:15
11:30										11:30	
11:45										11:45	
12:00							12:00				
12:15							12:15				
12:30							12:30				
12:45							12:45				
13:00						Offene Trainingszeit			13:00		
13:15									13:15		
13:30									13:30		
13:45									13:45		
14:00									14:00		
14:15									14:15		
14:30									14:30		
14:45									14:45		
15:00									15:00		
15:15									15:15		
15:30									15:30		
15:45									15:45		
16:00			Stabilität/ Pillar Builder <i>im F.3</i>		Offene Trainingszeit					16:00	
16:15										16:15	
16:30										16:30	
16:45	Amplitude RV									16:45	
17:00							Amplitude RV			17:00	
17:15			Mobilität/ ampliWOD Recover/Perform <i>im F.3</i>								17:15
17:30										17:30	
17:45										17:45	
18:00									18:00		
18:15			Offene Trainingszeit							18:15	
18:30						Amplitude RV				18:30	
18:45										18:45	
19:00	Stabilität	Amplitude EK					Stabilität				19:00
19:15											19:15
19:30											19:30
19:45									19:45		
20:00									20:00		
20:15	Mobilität		Offene Trainingszeit		Amplitude CF					20:15	
20:30										20:30	
20:45									20:45		
21:00											21:00
21:15											21:15
21:30											