

Gruppentraining Stundenplan

- Der Stundenplan wird stets bei neuen Trainingsstunden ergänzt.
- **“Beginner-Trainingsstunde”** – Konzipiert für Sportanfänger ohne Sporterfahrung.
- **“Kenner-Trainingsstunde”** – Konzipiert für Personen mit Sporterfahrung.

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
7:00-8:00						
8:00-9:00						
9:00-10:00						
10:00-11:00						
11:00-12:00						
12:00-13:00						
13:00-14:00						
14:00-15:00						
15:00-16:00						
16:00-17:00						
17:00-18:00						
18:00-19:00	"Kenner"			"Kenner"		
19:15-20:15	"Beginner"			"Beginner"		

*Die “Beginner-Trainingsstunde” beginnt ab 19.08.2024.