



Belegungsplan Fitnessraum 24. Oktober 2019 - 08. Februar 2020

Zeit	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		Samstag		
	FR 1	FR 2	FR 1	FR 2	FR 1	FR 2	FR 1	FR 2	FR 1	FR 2			
07:00		SBSZ 07:00-07:30		SBSZ 07:00-07:30		SBSZ 07:00-07:30		SBSZ 07:00-07:30		SBSZ 07:00-07:30			
08:00	SBSZ 07:30-08:00		SBSZ 07:30-08:00		SBSZ 07:30-08:00		SBSZ 07:30-08:00		SBSZ 07:30-08:00				
09:00	Individuelle Nutzung (inkl. Early-FR-Karte) 07:00-14:00 Uhr		Individuelle Nutzung (inkl. Early-FR-Karte) 07:00-11:00 Uhr		Individuelle Nutzung (inkl. Early-FR-Karte) 07:00-14:00 Uhr		Individuelle Nutzung (inkl. Early-FR-Karte) 07:00-14:00 Uhr		Individuelle Nutzung (inkl. Early-FR-Karte) 07:00-11:30 Uhr		Individuelle Nutzung (inkl. Early-FR-Karte) 09:00-18:00 Uhr		
10:00			Circuittraining (Tobias Busse) 11:00-13:00 Uhr										
11:00			Individuelle Nutzung (inkl. Early-FR-Karte) 13:00-14:00 Uhr										
12:00			Individuelle Nutzung 14:00-17:30 Uhr										
13:00	Individuelle Nutzung 14:00-18:00 Uhr		Mountainbike (Oliver Dannberg) 15:30-17:30 Uhr (wetterabhängig)		Individuelle Nutzung 14:00-16:30 Uhr		Individuelle Nutzung 14:00-16:30 Uhr		Individuelle Nutzung 14:00-22:30 Uhr				
14:00					Fitnessstraining für Mitarbeiter (Matthias Müller) 16:30-18:00 Uhr		Fitnessstraining für Mitarbeiter (Andreas Wolf) 16:30-18:00 Uhr						
15:00			Leichtathletik (Jürgen Börner / Frank Macholdt) 18:00-19:30 Uhr		Fitness & Bodyshaping (Felix Becker / Carsten Stock) 17:30-19:30 Uhr		Ski Langlauf (Krafttraining) (Henner Misersky/ Karin Scheidel) 18:00-19:30 Uhr					Circuittraining (Carsten Stock) 18:00-19:30 Uhr	
16:00			Indoor Cycling (Miriam Mezger) 19:30-20:30 Uhr		Individuelle Nutzung 19:30-22:30 Uhr		Individuelle Nutzung 19:30-22:30 Uhr					Individuelle Nutzung 19:30-22:30 Uhr	
17:00	Individuelle Nutzung 19:30-22:30 Uhr												
18:00													
19:00													
20:00													
21:00													
22:00													
23:00													