

Belegungsplan Fitnessraum 12. Oktober 2020 - 06. Februar 2021

Zeit	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		Samstag FR 1 & 2
	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	
	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		
08:00	Individuelle Nutzung (Ilmotion Card) 08:00-09:30 Uhr		Individuelle Nutzung (Ilmotion Card) 08:00-09:30 Uhr		Individuelle Nutzung (Ilmotion Card) 08:00-09:30 Uhr		Individuelle Nutzung (Ilmotion Card) 08:00-09:30 Uhr		Individuelle Nutzung (Ilmotion Card) 08:00-09:30 Uhr		
09:00											
10:00	Individuelle Nutzung (Ilmotion Card) 10:00-11:30 Uhr				Individuelle Nutzung (Ilmotion Card) 10:00-11:30 Uhr		Individuelle Nutzung (Ilmotion Card) 10:00-11:30 Uhr		Individuelle Nutzung (Ilmotion Card) 10:00-11:30 Uhr		
11:00			Krafttraining unter Anleitung (Tobias Busse) 11:00-13:00 Uhr								
12:00	Individuelle Nutzung (Ilmotion Card) 12:00-13:30 Uhr				Individuelle Nutzung (Ilmotion Card) 12:30-14:00 Uhr		Individuelle Nutzung (Ilmotion Card) 12:30-14:00 Uhr		Individuelle Nutzung (Ilmotion Card) 12:30-14:00 Uhr		
13:00											
14:00			Individuelle Nutzung (Ilmotion Card) 13:30-15:00 Uhr								
15:00	Individuelle Nutzung (Ilmotion Card) 14:30-16:00 Uhr				Fitnessstraining für Mitarbeiter (Matthias Müller) 14:30-16:00 Uhr		Individuelle Nutzung (Ilmotion Card) 14:30-16:00 Uhr		Individuelle Nutzung (Ilmotion Card) 14:30-16:00 Uhr		
16:00			Ski Langlauf (Krafttraining) (Henner Misersky / Karin Scheidel) 15:30-17:00 Uhr								
17:00	Individuelle Nutzung (Ilmotion Card) 16:30-18:00 Uhr				Fitnessstraining für Mitarbeiter (Matthias Müller) 16:30-18:00 Uhr		Fitnessstraining für Mitarbeiter (Andreas Wolf) 16:30-18:00 Uhr				
18:00			Fitness & Bodyshaping (Felix Becker / Carsten Stock) 17:30-19:00 Uhr								
19:00	Leichtathletik (Jürgen Börner / Frank Macholdt) 18:30-20:00 Uhr				Individuelle Nutzung (Ilmotion Card) 18:30-20:00 Uhr		Circuittraining (Carsten Stock / Felix Becker) 18:30-20:00 Uhr				
20:00			Individuelle Nutzung (Ilmotion Card) 19:30-21:00 Uhr								
21:00											
22:00											
23:00											
