

Kursplan Trockengymnastik

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08:00		30 Min.			
09:00	30 Min.	30 Min.	50 Min.	30 Min.	50 Min.
10:00	50 Min.	30 Min. Hocker	30 Min.	50 Min.	30 Min.
11:00	30 Min. + Geräte	30 Min.	30 Min. Hocker	30 Min. Hocker	30 Min.
12:00	30 Min. + Geräte	30 Min. Hocker		30 Min.	
13:00					
14:00					
15:00	30 Min. + Geräte			30 Min.	
16:00	30 Min. + Geräte	30 Min.	30 Min. + Geräte	50 Min.	
17:00	50 Min.	30 Min. + Geräte	30 Min.	30 Min.	
18:00	30 Min.	50 Min.	50 Min.	50 Min.	
19:00			50 Min.		