

THE SQUAD - STUNDENPLAN

ZEIT	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
06:00 - 07:00	GRUPPENSTUNDE		GRUPPENSTUNDE		GRUPPENSTUNDE	
07:00 - 08:00	GRUPPENSTUNDE		GRUPPENSTUNDE		GRUPPENSTUNDE	THE SQUAD - MASH (08:30 - 09:30)
09:00 - 10:00					RÜCKENFIT	COMP. STUNDE (10:00 - 11:30)
15:30 - 16:30					GRUPPENSTUNDE	
16:30 - 17:30	GRUPPENSTUNDE	GRUPPENSTUNDE	GRUPPENSTUNDE	ENDURANCE	GRUPPENSTUNDE	
17:30 - 18:30	CARDIO CLUB	GRUPPENSTUNDE	GRUPPENSTUNDE	ENDURANCE	BASIC	
18:30 - 19:30	GRUPPENSTUNDE	MOBILITY	FUNC. BODYBUILDING	ENDURANCE		

