

Trainingsplan Standort MedBüro Str. 49c

30. KW Woche vom 26.07. bis 30.07.21

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
9 UHR R ✓	9 UHR	9 Uhr R ✓	9.30 UHR R ✓	9 UHR R ✓
10 UHR R ✓	10 UHR (Z) ✓	10 UHR R ✗	10.30 UHR R ✓	10 UHR R ✓
11 UHR ✗	11 UHR ✗	11 UHR R ✓	11.30 UHR R ✓	11 UHR (SG) ✓
12 UHR ✗	12 UHR (Z) ✓	12 UHR R ✓		
		13 UHR R ✓		
	16 ⁰⁰ R ✓			
17 UHR R ✓	17 UHR R ✓		17.30 UHR R ✓	
18 UHR R ✓	18 UHR R ✓	18 UHR (Z) ✓	18.30 UHR R ✓	
19 UHR R ✓	19 UHR R ✓	19 UHR ✗	19.30 UHR R ✓	

✓ = Gruppe findet statt

✗ = Gruppe fällt aus

- (Z) - Zieltraining
- (SG) - Sitzgruppe
- (R) - Rehasport


Verein für Reha- & Gesundheitssport
 Radebeul e.V.
 Borstraße 19 | 01445 Radebeul
 ☎ 0351-838 43 11 ☎ 0351-832 73 95 www.aktiv-radebeul.de