

KW22/2020	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Morgen		Ruhetag	Schwimmen	Ruhetag	Schwimmen	Krafttraining - FoG-Karten	
Mittag		Ruhetag		Ruhetag			Krafttraining - FoG-Karten
Nachmittag		Ruhetag		Ruhetag			
Abend	Krafttraining - FoG-Karten	Ruhetag	Krafttraining - FoG-Karten	Ruhetag			