

Zeit	Montag	Dienstag	Mitwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
08.30 - 09.30	Functional Training		CrossFit			YOGA**
10.45 - 11.45						Team WOD
16.15 - 17.15			CrossFit Teens			
17.15 - 18.15	Weightlifting	Functional Training	CrossFit/ CrossFit Kids		CrossFit	
18.15 - 19.15	Weightlifting	CrossFit	Functional Training	CrossFit	CrossFit	
19.15 - 20.15	Weightlifting	CrossFit	CrossFit	CrossFit		
20.15 - 21.00			Gymnastics			
** für alle mit einem CrossFit oder Functional Abo kostenlos						
Das Open Gym im UG ist immer geöffnet, wenn Stunden stattfinden						