

MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG	MONTAG	DIENSTAG
1 E 18.00-19.00	2 I 19.00-20.00	3 Kursspecial 10.15-11.45	4	5 S 10.15-11.1	6 E 18.00-19.00	7 S 18.30-19.30
8 S 18.00-19.00	9 S 19.00-20.00	10 I 9.15-10.15 E 16.45-17.45	11	12 E 10.15-11.15	13 S 18.00-19.00	14 E 18.30-19.30
15 I 18.00-19.00	16 E 19.00-20.00	17 E 9.15-10.15 I 16.45-17.45	18	19 S 10.15-11.1	20 I 18.00-19.00	21 S 18.30-19.30
22 S 18.00-19.00	23 I 19.00-20.00	24 S 9.15-10.15 S 16.45-17.45	25	26 I 10.15-11.15	27 S 18.00-19.00	28 I 18.30-19.30
29 E 18.00-19.00	30 E 19.00-20.00			I = INTERVAL S = STRENGTH E = ENDURANCE		