

SAMSTAG	SONNTAG	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
1	2 E 10.15-11.15	3 E 18.00-19.00	4	5 S 18.00-19.00	6	7 E 9.15-10.15 I 16.45-17.45
8	9 I 10.15-11.15	10 I 18.00-19.00	11	12 I 18.00-19.00	13	14 E 9.15-10.15 I 16.45-17.45
15	16 S 10.15-11.15	17 E 18.00-19.00	18	19 E 18.00-19.00	20	21 E 9.15-10.15 I 16.45-17.45
22	23 E 10.15-11.15	24 S 18.00-19.00	25	26 S 18.00-19.00	27	28 E 9.15-10.15 S 16.45-17.45
29	30 E 10.15-11.15	31 I 18.00-19.00	I = INTERVAL S = STRENGTH E = ENDURANCE			