

Fitness-Wochenende 31.10.-02.11.2003

Freitag, 31.10.2003

Anreise bis	18.00 Uhr
Abendessen	18.00-18.30 Uhr
Kegeln oder Sporthalle	19.00-21.00 Uhr
Schwimmbad	21.30-22.30 Uhr

Samstag, 01.11.2002

Schwimmhalle oder schlafen	07.00-08.00 Uhr
Frühstück	08.15-09.00 Uhr
Sporthalle	10.00-12.00 Uhr
Mittagessen	12.30-13.00 Uhr
Wanderung oder Sporthalle	14.00-16.00 Uhr
Schwimmbad	16.30-18.00 Uhr
Abendessen	18.30-19.00 Uhr
Sporthalle	20.00-22.00 Uhr

Sonntag, 02.11.2002

Schwimmbad oder schlafen	07.00-08.00 Uhr
Frühstück	08.30-09.00 Uhr
Sporthalle	10.00-12.00 Uhr
Mittagessen	12.00-12.30 Uhr
Heimreise	

Im Schwimmbad liegt die Wassertemperatur bei ca. 29°. Das Becken ist an der tiefsten Stelle ca. 1,80 m tief, 25 m lang und ca. 15 m breit.