

Belegungsplanung / FSR = Freiluft Sportpark Rosellen

| Feld | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag | Samstag | Sonntag |
|---|-------------------------------|----------|--|----------------------------|---------|-------------|-------------|
| 8 - 9 Uhr | | | Kraftsport 9:00-11:00 Uhr (alternativ 8:30-10:30 Uhr) | | | ab 8:30 Uhr | ab 8:30 Uhr |
| 9 - 10 Uhr | | | Sabine Bublitz | | | | |
| 10 - 11 Uhr | Fit bis 100 | | | | | | |
| 11 - 12 Uhr | 10 - 12 Uhr | | | | | | |
| 13 - 14 Uhr | | | | | | | |
| 14 - 15 Uhr | | | | | | | |
| 15 - 16 Uhr | | | | | | | |
| 16 - 17 Uhr | | | | | | | |
| 17 - 18 Uhr | Zirkeltraining | | Athletik Training Fussball | Athletik Training Fussball | | | |
| 18 - 19 Uhr | 18:30 - 19:45 Uhr | | 17:00 - 18:30 Uhr B1 Carsten Kunz | 17:30 - 20 Uhr | | | |
| 19 - 20 Uhr | Pia Kött | | 19:00 - 19:30 Uhr C1 Timmy | div Trainer | | | |
| 20 - 21 Uhr | Athletik Training Fussball | | Männer-Fitness 20:00-21:00 Uhr | Fitness 20:00-21:15 Uhr | | | |
| 21 - 22 Uhr | 20:00 - 21:30 Uhr div Trainer | | Jörg Poggenburg | Mirja Scheifgen | | | |
| Da die Freiluft Sportanlage eine Beleuchtungsanlage besitzt, kann auch bei Dunkelheit bis 21:45 Uhr trainiert werden. | | | | | | | |