

Holdtræning

Dag		Holdform	Tid	Instruktør
Uge 31				
Mandag	29-jul	Motionsgymnastik	16.00 - 17.00	Kirsten Juel Nielsen
Tirsdag	30-jul	Motion Ferie spænding		
Tirsdag	30-jul	Zumba fitness	15.10 - 16.00	Anja Lund Sørensen
Tirsdag	30-jul	Mindfulness	16.10 - 17.00	Anja Lund Sørensen
Onsdag	31-jul	Morgenmotion	6.30 - 7.30	Alis Andersen
Onsdag	31-jul	Afro-aerobic	15.15 - 16.10	Bailly Blo
Onsdag	31-jul	Ferie		
Torsdag	01-aug	Cross træning	15.00 - 16.00	Donovan Molony
Torsdag	01-aug	Cross træning	16.00 - 17.00	Donovan Molony
Torsdag	01-aug	Kettlebells	17.00 - 17.30	Donovan Molony
Fredag	02-aug	Afro-aerobic	15.15 - 16.15	Bailly Blo
Uge 32				
Mandag	05-aug	Motionsgymnastik	16.00 - 17.00	Kirsten Juel Nielsen
Tirsdag	06-aug	Motion Ferie spænding		
Tirsdag	06-aug	Zumba fitness	15.10 - 16.00	Anja Lund Sørensen
Tirsdag	06-aug	Mindfulness	16.10 - 17.00	Anja Lund Sørensen
Onsdag	07-aug	Morgenmotion	6.30 - 7.30	Alis Andersen
Onsdag	07-aug	Afro-aerobic	15.15 - 16.10	Bailly Blo
Onsdag	07-aug	Yoga	16.15 - 17.45	Pia Hammerich
Torsdag	08-aug	Cross træning	15.00 - 16.00	Donovan Molony
Torsdag	08-aug	Cross træning	16.00 - 17.00	Donovan Molony
Torsdag	08-aug	Kettlebells	17.00 - 17.30	Donovan Molony
Fredag	09-aug	Afro-aerobic	15.15 - 16.15	Bailly Blo
Uge 33				
Mandag	12-aug	Motionsgymnastik	16.00 - 17.00	Kirsten Juel Nielsen
Tirsdag	13-aug	Motion Ferie spænding		
Tirsdag	13-aug	Zumba fitness	15.10 - 16.00	Anja Lund Sørensen
Tirsdag	13-aug	Mindfulness	16.10 - 17.00	Anja Lund Sørensen
Onsdag	14-aug	Morgenmotion	6.30 - 7.30	Alis Andersen
Onsdag	14-aug	Afro-aerobic	15.15 - 16.10	Bailly Blo
Onsdag	14-aug	Yoga	16.15 - 17.45	Pia Hammerich
Torsdag	15-aug	Cross træning	15.00 - 16.00	Donovan Molony
Torsdag	15-aug	Cross træning	16.00 - 17.00	Donovan Molony
Torsdag	15-aug	Kettlebells	17.00 - 17.30	Donovan Molony
Fredag	16-aug	Afro-aerobic	15.15 - 16.15	Bailly Blo
Uge 34				
Mandag	19-sep	Motionsgymnastik	16.00 - 17.00	Kirsten Juel Nielsen
Tirsdag	20-aug	Motion og afspænding	13.30 - 14.45	Alis Andersen
Tirsdag	20-aug	Zumba fitness	15.10 - 16.00	Anja Lund Sørensen
Tirsdag	20-aug	Mindfulness	16.10 - 17.00	Anja Lund Sørensen
Onsdag	21-aug	Morgenmotion	6.30 - 7.30	Alis Andersen
Onsdag	21-aug	Afro-aerobic	15.15 - 16.10	Bailly Blo
Onsdag	21-aug	Yoga	16.15 - 17.45	Pia Hammerich
Torsdag	22-aug	Cross træning	15.00 - 16.00	Donovan Molony
Torsdag	22-aug	Cross træning	16.00 - 17.00	Donovan Molony
Torsdag	22-aug	Kettlebells	17.00 - 17.30	Donovan Molony
Fredag	23-aug	Afro-aerobic	15.15 - 16.15	Bailly Blo