

# Holdtræning

Dag		Holdform	Tid	Instruktør
Uge 37				
Mandag	13-sep	Cross træning	15.00 - 15.55	Louise Christensen
Mandag	13-sep	Motionsgymnastik	16.00 - 17.00	Kirsten Juel Nielsen
Tirsdag	14-sep	Motion og afspænding	13.30 - 14.45	Alis Andersen
Tirsdag	14-sep	Zumba fitness	15.10 - 16.00	Anja Lund Sørensen
Tirsdag	14-sep	Mindfulness	16.10 - 17.00	Anja Lund Sørensen
Onsdag	15-sep	Afro-aerobic	15.15 - 16.10	Bailly Blo
Onsdag	15-sep	Yoga	16.15 - 17.45	Pia Hammerich
Torsdag	16-sep	Cross træning	15.00 - 16.00	Louise Christensen
Torsdag	16-sep	Cross træning	16.00 - 17.00	Louise Christensen
Fredag	17-sep	Afro-aerobic	15.30 - 16.30	Bailly Blo
Uge 38				
Mandag	20-sep	Cross træning	15.00 - 15.55	Louise Christensen
Mandag	20-sep	Motionsgymnastik	16.00 - 17.00	Kirsten Juel Nielsen
Tirsdag	21-sep	Motion og afspænding	13.30 - 14.45	Alis Andersen
Tirsdag	21-sep	Zumba fitness	15.10 - 16.00	Anja Lund Sørensen
Tirsdag	21-sep	Mindfulness	16.10 - 17.00	Anja Lund Sørensen
Onsdag	22-sep	Afro-aerobic	15.15 - 16.10	Bailly Blo
Onsdag	22-sep	<b>Ferie</b>		
Torsdag	23-sep	Cross træning	15.00 - 16.00	Louise Christensen
Torsdag	23-sep	Cross træning	16.00 - 17.00	Louise Christensen
Fredag	24-sep	Afro-aerobic	15.30 - 16.30	Bailly Blo
Uge 39				
Mandag	27-sep	Cross træning	15.00 - 15.55	Louise Christensen
Mandag	27-sep	Motionsgymnastik	16.00 - 17.00	Kirsten Juel Nielsen
Tirsdag	28-sep	Motion og afspænding	13.30 - 14.45	Alis Andersen
Tirsdag	28-sep	Zumba fitness	15.10 - 16.00	Anja Lund Sørensen
Tirsdag	28-sep	Mindfulness	16.10 - 17.00	Anja Lund Sørensen
Onsdag	29-sep	Afro-aerobic	15.15 - 16.10	Bailly Blo
Onsdag	29-sep	Yoga	16.15 - 17.45	Pia Hammerich
Torsdag	30-sep	Cross træning	15.00 - 16.00	Louise Christensen
Torsdag	04-okt	Cross træning	16.00 - 17.00	Louise Christensen
Fredag	01-okt	Afro-aerobic	15.30 - 16.30	Bailly Blo
Uge 40				
Mandag	04-okt	Cross træning	15.00 - 15.55	Louise Christensen
Mandag	04-okt	Motionsgymnastik	16.00 - 17.00	Kirsten Juel Nielsen
Tirsdag	05-okt	Motion og afspænding	13.30 - 14.45	Alis Andersen
Tirsdag	05-okt	Zumba fitness	15.10 - 16.00	Anja Lund Sørensen
Tirsdag	05-okt	Mindfulness	16.10 - 17.00	Anja Lund Sørensen
Onsdag	06-okt	Afro-aerobic	15.15 - 16.10	Bailly Blo
Onsdag	06-okt	Yoga	16.15 - 17.45	Pia Hammerich
Torsdag	07-okt	Cross træning	15.00 - 16.00	Louise Christensen
Torsdag	07-okt	Cross træning	16.00 - 17.00	Louise Christensen
Fredag	08-okt	Afro-aerobic	15.30 - 16.30	Bailly Blo