

Holdtræning

Dag		Holdform	Tid	Instruktør
Uge 51				
Mandag	16-dec	Cross træning	15.00 - 15.55	Louise Christensen
Mandag	16-dec	Motionsgymnastik	16.00 - 17.00	Kirsten Juel Nielsen
Tirsdag	17-dec	Motion og afspænding	13.30 - 14.45	Alis Andersen
Tirsdag	17-dec	Zumba fitness	15.10 - 16.00	Anja Lund Sørensen
Tirsdag	17-dec	Mindfulness	16.10 - 17.00	Anja Lund Sørensen
Onsdag	18-dec	Morgenmotion	6.30 - 7.30	Alis Andersen
Onsdag	18-dec	Afro-aerobic	15.15 - 16.10	Bailly Blo
Onsdag	18-dec	Yoga	16.15 - 17.45	Pia Hammerich
Torsdag	19-dec	Cross træning	15.00 - 16.00	Louise Christensen
Torsdag	19-dec	Cross træning	16.00 - 17.00	Louise Christensen
Fredag	20-dec	Afro-aerobic	15.15 - 16.15	Bailly Blo
Uge 52				
Mandag	23-dec	Cross træning	15.00 - 15.55	Louise Christensen
Mandag	23-dec			
Tirsdag	24-dec			
Tirsdag	24-dec			
Tirsdag	24-dec			
Onsdag	25-dec			
Onsdag	25-dec			
Onsdag	25-dec			
Torsdag	26-dec			
Torsdag	26-dec			
Fredag	27-dec			
Uge 1				
Mandag	30-dec	Cross træning	15.00 - 15.55	Louise Christensen
Mandag	30-dec	Motionsgymnastik	16.00 - 17.00	Kirsten Juel Nielsen
Tirsdag	31-dec			
Tirsdag	31-dec			
Tirsdag	31-dec			
Onsdag	01-jan			
Onsdag	01-jan			
Onsdag	01-jan			
Torsdag	02-jan	Cross træning	15.00 - 16.00	Louise Christensen
Torsdag	02-jan	Cross træning	16.00 - 17.00	Louise Christensen
Fredag	03-jan			
Uge 2				
Mandag	06-jan	Cross træning	15.00 - 15.55	Louise Christensen
Mandag	06-jan	Motionsgymnastik	16.00 - 17.00	Kirsten Juel Nielsen
Tirsdag	07-jan	Motion og afspænding	13.30 - 14.45	Alis Andersen
Tirsdag	07-jan	Zumba fitness	15.10 - 16.00	Anja Lund Sørensen
Tirsdag	07-jan	Mindfulness	16.10 - 17.00	Anja Lund Sørensen
Onsdag	08-jan	Morgenmotion	6.30 - 7.30	Alis Andersen
Onsdag	08-jan	Afro-aerobic	15.15 - 16.10	Bailly Blo
Onsdag	08-jan	Yoga	16.15 - 17.45	Pia Hammerich
Torsdag	09-jan	Cross træning	15.00 - 16.00	Louise Christensen
Torsdag	09-jan	Cross træning	16.00 - 17.00	Louise Christensen
Fredag	10-jan	Afro-aerobic	15.15 - 16.15	Bailly Blo