

Holdtræning

Dag		Holdform	Tid	Instruktør
Uge 7				
Mandag	10-feb	Cross træning	15.00 - 15.55	Louise Christensen
Mandag	10-feb	Motionsgymnastik	16.00 - 17.00	Kirsten Juel Nielsen
Tirsdag	11-feb	Motion og afspænding	13.30 - 14.45	Alis Andersen
Tirsdag	11-feb	Zumba fitness	15.10 - 16.00	Anja Lund Sørensen
Tirsdag	11-feb	Mindfulness	16.10 - 17.00	Anja Lund Sørensen
Onsdag	12-feb	Morgenmotion	6.30 - 7.30	Alis Andersen
Onsdag	12-feb	Afro-aerobic	15.15 - 16.10	Bailly Blo
Onsdag	12-feb	Yoga	16.15 - 17.45	Pia Hammerich
Torsdag	13-feb	Cross træning	15.00 - 16.00	Louise Christensen
Torsdag	13-feb	Cross træning	16.00 - 17.00	Louise Christensen
Fredag	14-feb	Afro-aerobic	15.15 - 16.15	Bailly Blo
Uge 8				
Mandag	17-feb	Cross træning	15.00 - 15.55	Louise Christensen
Mandag	17-feb	Motionsgymnastik	16.00 - 17.00	Kirsten Juel Nielsen
Tirsdag	18-feb	Motion og afspænding	13.30 - 14.45	Alis Andersen
Tirsdag	18-feb	Zumba fitness	15.10 - 16.00	Anja Lund Sørensen
Tirsdag	18-feb	Mindfulness	16.10 - 17.00	Anja Lund Sørensen
Onsdag	19-feb	Morgenmotion	6.30 - 7.30	Alis Andersen
Onsdag	19-feb	Afro-aerobic	15.15 - 16.10	Bailly Blo
Onsdag	19-feb	Yoga	16.15 - 17.45	Pia Hammerich
Torsdag	20-feb	Cross træning	15.00 - 16.00	Louise Christensen
Torsdag	20-feb	Cross træning	16.00 - 17.00	Louise Christensen
Fredag	21-feb	Afro-aerobic	15.15 - 16.15	Bailly Blo
Uge 9				
Mandag	24-feb	Cross træning	15.00 - 15.55	Louise Christensen
Mandag	24-feb	Motionsgymnastik	16.00 - 17.00	Kirsten Juel Nielsen
Tirsdag	25-feb	Motion og afspænding	13.30 - 14.45	Alis Andersen
Tirsdag	25-feb	Zumba fitness	15.10 - 16.00	Anja Lund Sørensen
Tirsdag	25-feb	Mindfulness	16.10 - 17.00	Anja Lund Sørensen
Onsdag	26-feb	Morgenmotion	6.30 - 7.30	Alis Andersen
Onsdag	26-feb	Afro-aerobic	15.15 - 16.10	Bailly Blo
Onsdag	26-feb	Yoga	16.15 - 17.45	Pia Hammerich
Torsdag	27-feb	Cross træning	15.00 - 16.00	Louise Christensen
Torsdag	27-feb	Cross træning	16.00 - 17.00	Louise Christensen
Fredag	28-feb	Afro-aerobic	15.15 - 16.15	Bailly Blo
Uge 10				
Mandag	02-mar	Cross træning	15.00 - 15.55	Louise Christensen
Mandag	02-mar	Motionsgymnastik	16.00 - 17.00	Kirsten Juel Nielsen
Tirsdag	03-mar	Motion og afspænding	13.30 - 14.45	Alis Andersen
Tirsdag	03-mar	Zumba fitness	15.10 - 16.00	Anja Lund Sørensen
Tirsdag	03-mar	Mindfulness	16.10 - 17.00	Anja Lund Sørensen
Onsdag	04-mar	Morgenmotion	6.30 - 7.30	Alis Andersen
Onsdag	04-mar	Afro-aerobic	15.15 - 16.10	Bailly Blo
Onsdag	04-mar	Yoga	16.15 - 17.45	Pia Hammerich
Torsdag	05-mar	Cross træning	15.00 - 16.00	Louise Christensen
Torsdag	05-mar	Cross træning	16.00 - 17.00	Louise Christensen
Fredag	06-mar	Afro-aerobic	15.15 - 16.15	Bailly Blo