

Holdoversigt - 2023

	Mandag		Tirsdag		Onsdag		Torsdag		Fredag	
Tidspunkt	Klinik	Sport og fitness	Klinik	Sport og fitness	Klinik	Sport og fitness	Klinik	Sport og fitness	Klinik	Sport og fitness
07.00										
07.30										
08.00										
08.30										BIKE (8.30-9.30)
09.00						Seniorhold				
09.30										
10.00						Artrose+				
10.30				GLA:D knæ/hofte				GLA:D knæ/hofte		
11.00		Hjertehold								
11.30										
12.00										
12.30										
13.00										
13.30										
14.00										
14.30										
15.00										
15.30										
16.00		Robust Ryg						Hjertehold		
16.30										
17.00		BIKE								
17.30										
18.00										

Kære medlem.

I ovenstående markeringer køres der holdtræning på det sorte gummigulv ved porten, hvorfor området i dette tidsrum ikke kan benyttes.

Vi beklager ulejligheden.

Med venlig hilsen

Hansen & Hansen, Sport og fitness