

HOLDPLAN – FITNESS4YOU BROVST 1 SEPTEMBER 2017 – 31 DECEMBER 2017

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag
<b>09.00-09.30</b> Cirkeltræning (RT) Begynder/Øvet	<b>09.00-09.30</b> Cirkeltræning (SK) Begynder/Øvet		<b>07.50-08.50</b> HATHA YOGA (AJ) Begynder/Øvet		<b>08.45-09.30</b> Cirkeltræning Mix (Div.) Begynder/Øvet
					<b>09.30-10.00</b> Fif Om Fitness (Div.) Vejledning for alle
<b>17.30-18.20</b> Pilates/Callanetics(NK) Alle kan deltage		<b>17.20-18.20</b> Yoga (NK) Beg/Øvet			
<b>19.00-19.50</b> CROSSFITNESS (SK) Alle kan deltage	<b>19.15-20.15</b> FIT MIX (SK) Alle kan deltage	<b>18.30-19.20</b> BIKE (MM) Alle kan deltage	<b>19.00-19.45</b> PULS (RL) Alle kan deltage		
<b>20.15-21.10</b> CrossDance (JK) Alle kan deltage		<b>19.30-20.20</b> STRAM OP (MM) Alle kan deltage	<b>20.00-20.55</b> SLYNG-FIT (RL) Alle kan deltage		

JK: Jeanette Kristensen MM: Mariann Madsen RP: René Pedersen TS: Tina Skovmand MA: Martin Aarup AJ: Annemarie Jensen NK: Nete Kaastrup SK: Sarah Kjærsgaard

(Holdplanen er vejledende og kan ændres efter udbud og efterspørgsel. Et hold kan muligvis aflyses hvis der er mindre end 5 deltagere tilmeldt)