



Holdplan fitnesshold efterår/vinter 2018/2019

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
08.00-08.55 FysioFlow v/ fysioterapeut Cathrine Kvist				
09.00-09.55 Spørg mig v/ fysioterapeut Gustav Ussing				09.00-09.55 Spørg mig v/ fysioterapeut Gustav Ussing
10.00-10.55 Fit for livet v/ fysioterapeut Vibeke van Drogen		10.00-10.55 Spørg mig v/ fysioterapeut Gustav Ussing		
				13.00-13.55 Puls og styrke v/ fysioterapeut Anne Wærens
			14.00-14.55 Spørg mig v/ fysioterapeut Gustav Ussing	
	15.30-16.25 Spørg mig v/ fysioterapeut Gustav Ussing			
17.00-17.55 Pump v/ fysioterapeut Merethe Fenne	17.00-17.55 Skihold v/ fysioterapeut Gustav Ussing	17.00-17.55 Tabata (lille sal) v/ fysioterapeut Merethe Fenne	17.00-17.55 Functional v/ fysioterapeut Gustav Ussing	
	18.15-19.10 Pilates v/ fysioterapeut Susanne Madsen		18.15-19.10 Pilates v/ fysioterapeut Susanne Madsen	
		19.00-19.55 FysioFlow v/ fysioterapeut Cathrine Kvist		