



Holdplan for træning inden for sygesikringen efterår/vinter 2018/2019

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
08.00-09.00 Superviseret træning – Gustav	08.00-09.00 Superviseret træning – Gustav			08.00-09.00 Superviseret træning – Nicolai
09.00-10.00 Superviseret træning – Merethe	09.00-10.00 Superviseret træning – Nicolai	09.00-10.00 Superviseret træning – Gustav	09.00-10.00 Superviseret træning – Nicolai	09.00-10.00 Superviseret træning – Rikke
09.00-10.00 Parkinsonhold 2 – Cathrine				
10.00 – 11.00 GOP-hold – Nicolai		10.00-11.00 Superviseret træning – Nicolai	10.00-11.00 Superviseret træning – Nicolai	10.00-11.00 Parkinsonhold 1 – Cathrine
11.00-12.00 Superviseret træning – Vibeke 11.00-12.00 Balancehold		11.00-12.00 Superviseret træning – Vibeke 11.00-12.00 Parkinsonhold 2 – Cathrine	11.00-12.00 Stabilitetstræning – Susanne	11.00-12.00 Superviseret træning – Vibeke
	12.30-13.30 Apoplekshold – Cathrine	12.00-13.00 Sklerosehold - Merethe		12.30-13.30 Superviseret træning – Nicolai
13.00-14.00 Superviseret træning – Susanne 13.00-14.00 GOP-hold – Gustav	13.00-14.00 Superviseret træning – Susanne		13.00-14.00 Superviseret træning – Susanne	
			15.00-16.00 Superviseret træning – Gustav	
16.00-17.00 Superviseret træning – Merethe	16.00-17.00 GLA:D – Nicolai	16.00-17.00 Superviseret træning – Merethe 16.00-17.00 Parkinsonhold – Cathrine	16.00-17.00 GLA:D – Nicolai	
17.00-18.00 Ryghold 1 – Anne		17.00-18.00 Ryghold 2 – Anne	17.00-18.00 Nakke og skulderhold - Gustav	

Træning på klinikken

Træning i træningssalen på det gamle posthus