

Holdplan 26.4.21	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
GLA:D® Slidgigt i knæ og hofte	08:30 09:30			14:00	
Balance / Parkinson 1	09:30			09:30	
Balance / Parkinson 2	10:30			10:30	
Balance / Styrke	13:00				
Ældre Hold		10:00			
Osteoporose		11:00			
Blandet Maskinhold		11:00			10:00
Cirkeltræning GD		13:00			
Cirkeltræning HM		13:00		11:30	
Ryghold		16:00			07:30
Pilates v/Julie			10:00		
Ryghold GD		13:00			
HIIT 62				15:00	
Pilates 2					11:00
Babyleg 1		09:00			
Babyleg 2		10:30			
Efterfødsels Træning				10:00	
Lukkede hold - få yderligere information i receptionen					