

Holdplan pr. 4.7.22

	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
GLA:D Slidgigt knæ og hofte			16:30				
Gigthold	9:00 10:00			9:00 10:00			
Hjertehold	14:45		14:45				
Fysio Pilates	16:00 17:00			11:00:00			
Neurologi hold		10:00			10:00		
Mobility			18:00				
Fysio Flow			19:00				
Ryghold	18:15			16:00			
Pilates fortsætter		09:00	16:00				
Superviseret Træning	11:00	10:00 11:00	09:30 11:00	14:00	09:30 11:00 12:00		
Balance og grundtræning	14:30						
* Lukket hold - få yderligere information i receptionen							