

<< Uge
44

Uge 45
07-11-2022 - 13-11-2022

Uge 46
>>

Tilmeld





















Hold filtrering

Alle tidspunkter

Alle steder

Alle hold

Alle trænere

mandag 07-11-2022	tirsdag 08-11-2022	onsdag 09-11-2022	torsdag 10-11-2022	fredag 11-11-2022	lørdag 12-11-2022	søndag 13-11-2022
09:00 Fit and Jump level 1 Aerobic-sal Carsten T 60 min  6/16	17:30 Pilates Aerobic-sal Tasia G 60 min  7/16	09:00 Styrke, Balance og Smidighed Aerobic-sal Carsten T 60 min  8/12	19:00 Fit and Jump - Functional Training (Level 2) Aerobic-sal Carsten T 60 min  13/20	10:00 Hatha Yoga Aerobic-sal Solveig B 75 min  7/16	09:00 Fit and Jump - Strength (Level 2) Aerobic-sal Carsten T 60 min  6/20	10:15 SwissBall - Balance Aerobic-sal Carsten T 60 min  6/12
10:00 Yin Yoga Aerobic-sal Solveig B 75 min  7/16	19:00 Fit and Jump - Functional Training (Level 2) Aerobic-sal Carsten T 60 min  19/20	16:30 KickBoksning Aerobic-sal Jimmy R 90 min  7/16		16:00 CykleFitness 30-20-10 Cykelsal Tina L 30 min  8/16	10:30 KickBoksning Aerobic-sal Jimmy R 90 min  4/16	11:20 Fit and Jump - Basic (Level 1) Aerobic-sal Tasia G 55 min  7/20
16:30 KickBoksning Aerobic-sal Jimmy R 90 min  8/16		17:00 CykleFitness 30-20-10 Cykelsal Carsten T 40 min  8/16		16:45 Suspension træning (Slyngetræning) Aerobic-sal Carsten T 45 min  6/12		12:20 Pilates/Yoga Aerobic-sal Tasia G 60 min  6/16
17:00 CykleFitness 30-20-10 Cykelsal Tina L 40 min  13/16		18:15 Suspension træning (Slyngetræning) Aerobic-sal Carsten T 45 min  3/12				
18:05 Puls/Styrke Aerobic-sal Laila S 60 min  4/16						