

<b>Mandag</b>	<b>Sal</b>	<b>Instruktør</b>
9.00 – 9.55 <b>FysioFlow</b>	1	Maria
10.00 – 10.55 <b>Ryghold 1</b>	1	Veronica
9.00 – 10.55 <b>Hjertehold</b>	2	Anders
10.15 – 11.10 <b>BabyTummel*</b>	2	Lene
13.30 – 14.25 <b>Vederlagsfrit hold</b>	1	Anders
15.00 – 15.45 <b>Neurologihold</b>	1	Peter
16.30 – 17.25 <b>Knæ/hoftehold</b>	1	Anders

<b>Tirsdag</b>	<b>Sal</b>	<b>Instruktør</b>
9.00 – 9.45 <b>Ballancehold LOF</b>	1	Karina
9.20 – 10.15 <b>Bassin (svømmehallen)</b>		Thomas
9.00 – 10.00 <b>Efterfødselshold</b>	2	Maria
10.15 – 11.10 <b>BabyTummel*</b>	2	Lene
12.30 – 13.25 <b>Vederlagsfrit hold</b>		Karina
16.30 – 17.25 <b>Ryghold 2</b>	1	Peter

<b>Onsdag</b>	<b>Sal</b>	<b>Instruktør</b>
9.00 – 9.55 <b>FysioPilates</b>	1	Maria
10.00 – 10.55 <b>Ryghold 1</b>	2	Peter
10.15 – 11.10 <b>Bækkendund</b>	1	Maria
10.45 – 11.40 <b>BabyTummel*</b>	2	Lene
13.00 – 13.55 <b>Knæ/hoftehold</b>	1	Anders
13.30 – 14.25 <b>Bassin (svømmehallen)</b>		Thomas
17.00 – 17.55 <b>MammaGravid*</b>	2	Lene
17.00 – 17.55 <b>FysioPilates</b>	2	Ida

<b>Torsdag</b>	<b>Sal</b>	<b>Instruktør</b>
9.15 – 10.10 <b>Bassin (svømmehallen)</b>		Thomas
10.00 – 11.15 <b>Hjertehold</b>	1	Peter
10.00 – 10.55 <b>"Ungdomsholdet"</b>		Karina
10.15 – 11.10 <b>BabyTummel*</b>	2	Lene
9.00 – 10.55 <b>Efterfødselshold</b>	2	Lene
15.00 – 15.45 <b>Neurologihold</b>	1	Peter
16.30 – 17.25 <b>Ryghold 2</b>	1	Veronica

<b>Fredag</b>	<b>Sal</b>	<b>Instruktør</b>
9.00 – 9.55 <b>FysioPilates</b>	2	Veronica
10.00 – 10.55 <b>GLA:D Knæ/hofte</b>	1	Anders
10.00 – 10.45 <b>Neurologihold</b>	2	Peter
11.00 – 11.55 <b>BabyTummel 5-10 mdr*</b>	2	Lene

Der kan ydes tilskud fra Sygesikringen "danmark" – henvend dig i receptionen for mere information!

Udeblivelse på hold uden afbud medfører gebyr på 40,-

Vi forbeholder os retten til løbende ændringer.

\*Hold med løbende opstart hør derfor nærmere i receptionen.