

HOLDPLAN VOKSNE SÆSON 2020/21

Grundet COVID19 medbring egen træningsmåtte/yogamåtte

Karensminde skolen start fra uge 35

Mandag

Step, Puls og Power/medbring måtte/Dorte (Start uge 36) 18.30-19.20 kr. 450,-
Crossgym Puls, toning og boldspil for Rigtige Mænd/Jan 19-30-20.45 kr. 500,-

Tirsdag

Græsfitness/Crossgym/medbring måtte/Gitte 19.00-19.50 kr. 450,-
Jumping Fitness – Tilmeling sms til Gitte på 25154856 20.00-20.50 kr. 450,-

Onsdag (start uge 38)

Herre/Dame motion/medbring måtte/Janni 19.00-19.50 kr. 450

Torsdag

Jumping Fitness – Tilmeling sms til Gitte på 25154856 19.00-19.50 kr. 450,-
Jumping Fitness - Tilmeling sms til Gitte på 25154856 20.00-20.50 kr. 450,-

Lørdag

Græsfitness/Crossgym – medbring måtte/Gitte 08.00-08.50 kr. 450,-
Jumping Fitness - Tilmeling på sms til Gitte på 25154856 09.00-09.50 kr. 450,-
(Opstart udendørs - skolen er lukket lørdag grundet covid19)

Bavnebakkeskolen start fra uge 36

Tirsdag (start uge 38) Få ledige pladser kl 18.00

Pilates/medbring træningsmåtte – Tilmelding sms til Vinnie på 20888843 18.00-18.50 kr. 450
Pilates/medbring træningsmåtte – Tilmelding sms til Vinnie på 20888843 19.00-19.50 kr. 450

Torsdag (start uge 36)

Yoga/medbring yogamåtte - Tilmelding på sms til Dorte på 23347463 20.00-20.50 kr. 450,-

Stubhuset start uge 38

Tirsdag

Seniorer – Damer og Herrer/Karen Veddum (start uge 38) 09.00-09.50 kr. 300,-
Seniorer – Damer/Karen Veddum(start uge 38) 10.00-10.50 kr. 300,-

Multisalen (Kr. Østergaards vej) start uge 43

Torsdag

Retro Gymnastik/Jørn Christensen (start uge 43) 17.00-17.50 kr. 300,-
- som i gamle dage.