

Oversigt instruktør- og kontortider

Uge 52

Tid/dag	Mandag 23/12	Tirsdag 24/12	Onsdag 25/12	Torsdag 26/12	Fredag 27/12	Lørdag 28/12	Søndag 29/12
08.00 - 09.00							
09.00 - 09.30	Anders						
09.30 - 10.00	Anders						Fællestræning
10.00 - 10.30		Stine					Fællestræning
10.30 - 11.00		Stine					
11.00 - 11.30							
11.30 - 12.00							
12.00 - 12.30		Juleaften			Cecilie		
12.30 - 13.00					Cecilie		
13.00 - 13.30							
13.30 - 14.00							
14.00 - 14.30							
14.30 - 15.00							
15.00 - 15.30							
15.30 - 16.00							
16.00 - 16.30							
16.30 - 17.00							
17.00 - 17.30							
17.30 - 18.00	Kontor - Jørn						
18.00 - 18.30	Kontor - Jørn						
18.30 - 19.00							
19.00 - 19.30							
19.30 - 20.00							

Kontor: Mulighed for hjælp til indmelding, udmelding, nøgler mv.

Intro: Der er instruktør tilstede til hjælp fx til maskiner, nye øvelser eller spørgsmål - kan være optaget af introtime

Hold:

Holdtræning - i spejlsalen eller i fitnesslokalet