

Aktiviteter 2017

Uge 26-28 og 30-32

Ingen hold i uge 29



	Mandag:	
Tid	Hold	Bassin
07.45-08.30	Go'morgenmotion	Aktivitet
08.30-09.15	Vandmotion	Aktivitet
09.15-10.00	Motionsholdet	Aktivitet
17.15-18.00	Aquafitness	Aktivitet
17.15-18.00	Aqua (mave/ryg)	Varmt
18.15-19.00	Puls & Power	Aktivitet
19.15-20.00	Få kroppen på toppen	Aktivitet

	Tirsdag:	
Tid	Hold	Bassin
06.10-06.55	Aqua	Aktivitet
07.00-07.45	Go'morgenmotion	Aktivitet
08.00-08.45	Motionsholdet	Aktivitet
08.45-09.30	Aqua XL	Aktivitet
16.30-17.15	Aqua Fit-Dans	Aktivitet
17.30-18.15	Aquafitness	Aktivitet
18.30-19.15	Aqua toning/Mave, balle, lår	Aktivitet

	Onsdag:	
Tid	Hold	Bassin
06.10-06.55	Aqua	Aktivitet
07.00-07.45	Go'morgenmotion	Aktivitet
08.00-08.45	Vandmotion	Aktivitet
08.45-09.30	Vandmotion	Aktivitet
16.45-17.30	Aquafitness	Aktivitet
17.45-18.30	Aquacombat	Aktivitet

	Torsdag:	
	Hold	Bassin
06.10-06.55	Aqua	Aktivitet
07.00-07.45	Go'morgenmotion	Aktivitet
07.45-08.30	Aqua	Aktivitet
08.30-09.15	Duracell Team	Aktivitet
09.15-10.00	Energy Team	Aktivitet
16.30-17.15	Aqua XL	Aktivitet
18.15-19.00	Aqua Fitness	Aktivitet
19.00-19.45	Aquazumba	Aktivitet

Fredag:		
Tid	Hold	Bassin
07.45-08.30	Go'morgen motion	Aktivitet
08.30-09.15	Aqua	Aktivitet
09.15-10.00	Vandmotion	Aktivitet

* Fredagsformiddagskaffe kl. 09.00-10.30

Lørdag:		
Tid	Hold	Bassin
09.15-10.00	Weekend motion	Aktivitet

Søndag:		
Tid	Hold	Bassin
09.15-10.00	Weekend motion	Aktivitet
15.00-16.00	Babyvandvaks	Varmt

**Hold øje med aflysninger på hjemmesiden og Facebook,
samt på tavlen i entreen.**