

HOLDPLAN PÅSKE 2024

	KL	HOLD	INSTRUKTØR	SAL
TORSDAG 28.3	9:00-10:15	Yoga	Sarina	Holdsal 1
	9:00-10:00	Cirkeltræning	Pernille	La Fit Holdsal
	10:00-11:00	KOL/Hjerte/Diabetes	Pernille	La Fit Holdsal
	15:15-16:15	Boldmassage	Maj	La Fit Holdsal
	16:30-17:15	Maskincirkel	Maj	La Fit Holdsal
LØRDAG 30.3	9:00-10:00	Lørdags HIIT	Pernille	La Fit Holdsal
	10:00-11:00	Cirkeltræning	Pernille	La Fit Holdsal
SØNDAG 31.3	9:00-10:15	Yoga	Stine	La Fit Holdsal
MANDAG 1.4	9:00-10:00	Bodybike	Kent	Bike/Cirkelsal
	10:15-11:00	Maskincirkel	Maj	La Fit Holdsal
	16:00-17:00	Cirkeltræning	Pernille	La Fit Holdsal
	17:00-18:00	Mandags HIIT	Pernille	Bike/Cirkelsal

LA FIT ÅBNINGSTIDER I PÅSKEN

Skærtorsdag d. 28. marts 8:30-18:00

Påskelørdag d. 30. marts 7:30-21:00

Påskesøndag d. 31. marts 8:30-18:00

2. Påskedag d. 1. april 8:30-18:00