

LA FIT HOLDPLAN

Påske 2025

DAG	KL	HOLD	INSTRUKTØR	SAL
Torsdag 17/4	9:00-10:00	Cirkeltræning	Pernille	La Fit Holdsal
	10:00-11:00	KOL/Hjerte/Diab.	Pernille	La Fit Holdsal
	16:00-17:00	Styrke Workshop	Maj	La Fit Holdsal
Fredag 18/4	9:30-10:45	Yoga	Vibeke	La Fit Holdsal
Lørdag 19/4	9:00-10:00	HIIT	Helmer	La Fit Holdsal
	10:00-11:00	Cirkel	Helmer	La Fit Holdsal
Søndag 20/4	9:30-10:45	Yoga	Vibeke	La Fit Holdsal
Mandag 21/4	15:45-16:45	Cirkeltræning	Pernille	La Fit Holdsal
	16:45-17:45	HIIT	Pernille	La Fit Holdsal

Åbningstider i Påsken

Skærtorsdag d. 17/4 8:30-18:00

Langfredag d. 18/4 8:30-18:00

Påskelørdag d. 19/4 8:30-21:00

Påskedag d. 20/4 8:30-18:00

2. påskedag d. 21/4 8:30-18:00