

JULEHOLDPLAN LA FIT 2025

DAG	KL	HOLD	INSTRUKTØR	SAL
Torsdag 25. dec.	9:00-10:00	Cirkeltræning	Pernille	La Fit Holdsal
	10:00-11:00	KOL/Hjerte	Pernille	La Fit Holdsal
Fredag 26. dec.	9:00-10:00	Styrketræning	Pernille	La Fit Holdsal
	10:00-11:00	Makkertræning	Pernille	La Fit Holdsal
Lørdag 27. dec.	9:00-10:00	HIIT	Pernille	La Fit Holdsal
	10:00-11:00	Cirkeltræning	Pernille	La Fit Holdsal
Mandag 29. dec.	10:00-11:00	KOL/Hjerte	Helmer	La Fit Holdsal
Tirsdag 30. dec.	9:00-10:00	Cirkeltræning	Pernille	La Fit Holdsal
	10:00-11:00	KOL/Hjerte	Pernille	La Fit Holdsal
	16:00-17:15	Yogalates	Stine	La Fit Holdsal

For at deltage på holdtræning i La Fit skal du have et medlemskab eller en dagsbillet. Dagsbilletten kan købes online eller i Informationen.

Køb af medlemskab og tilmelding til al holdtræning foregår online på:

<https://computicket.dk/kbhgron>

Åbningstider i La Fit jul & nytår

Onsdag 24/12 LUKKET

Torsdag 25/12 & Fredag 26/12 kl. 8:30-18:00

Lørdag 27/12 & søndag 28/12 kl. 7:30-21:00

Mandag 29/12 & Tirsdag 30/12 kl. 6:30-23:00

Onsdag 31/12 LUKKET

Torsdag 1/1 LUKKET