

TIDSPUNKT	MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
8.00 - 8.30	Genoptræning				
8.30 - 9.00	Genoptræning			8.45-9.45 Hensyntagende Ældrehold	
9.00 - 9.30		Parkinson hold	Hensyntagende Parkinson hold	8.45-9.45 Hensyntagende Ældrehold	Hensyntagende rygghold
9.30 - 10.00	Neurologisk-hold	Parkinson hold	Hensyntagende Parkinson hold	9.45-10.45 Parkinson hold	Hensyntagende rygghold
10.00 - 10.30	Neurologisk-hold	Sclerose hold	Genoptræning	9.45-10.45 Parkinson hold	Genoptræning
10.30 - 11.00	Genoptræning	Sclerose hold	Genoptræning		Genoptræning
11.00 - 11.30	Genoptræning		Genoptræning	Hensyntagende Pilates	Genoptræning
11.30 - 12.00	Genoptræning	Rhematologisk hold		Hensyntagende Pilates	Genoptræning
12.00 - 12.30		Rhematologisk hold		Fysio-Pilates niveau 1	
12.30 - 13.00				Fysio-Pilates niveau 1	12.30-13.30 Efterfødselshold
13.00 - 13.30	Genoptræning	Hensyntagende Pilates	Genoptræning	Neurologisk-hold	12.30-13.30 Efterfødselshold
13.30 - 14.00	Genoptræning	Hensyntagende Pilates	Genoptræning	Neurologisk-hold	
14.00 - 14.30	Hensyntagende rygghold	Genoptræning			
14.30 - 15.00	Hensyntagende rygghold	Genoptræning			
15.00 - 15.30	Livsstilshold				
15.30 - 16.00	Livsstilshold			Fysio-Pilates niveau 2	LUKKET
16.00 - 16.30				Fysio-Pilates niveau 2	LUKKET
16.30 - 17.00		Puls/Styrke hold			LUKKET
17.00 - 17.30		Puls/Styrke hold			LUKKET
17.30 - 18.00	LUKKET	LUKKET	LUKKET		LUKKET
18.00 - 18.30					