

TIDSPUNKT	MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
8.00 - 8.30				Genoptræning	
8.30 - 9.00				Genoptræning	
9.00 - 9.30		Parkinson hold			Hensyntagende rygghold
9.30 - 10.00	Neurologisk-hold	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	Neurologisk-hold/ Genoptræning
10.30 - 11.00	Neurologisk-hold/ Genoptræning	Sclerose hold	Genoptræning	10.45-11.45 Hensyntagende Parkinson hold	Neurologisk-hold/ Genoptræning
11.00 - 11.30	Genoptræning		Genoptræning	10.45-11.45 Hensyntagende Parkinson hold	Genoptræning
11.30 - 12.00		Reumatologisk hold		11.00-12.00 Hensyntagende Pilates	
12.00 - 12.30	GLA:D-ryg	Reumatologisk hold		Efterfødselshold	
12.30 - 13.00	GLA:D-ryg			Efterfødselshold	
13.00 - 13.30	Genoptræning		Genoptræning	Hensyntagende pilates	
13.30 - 14.00	Genoptræning		Genoptræning	Hensyntagende pilates	
14.00 - 14.30	Hensyntagende rygghold	Genoptræning			
14.30 - 15.00	Hensyntagende rygghold	Genoptræning		14.30-15.45 Fysio-Pilates niveau 2	
15.00 - 15.30	Livsstilshold			14.30-15.45 Fysio-Pilates niveau 2	
15.30 - 16.00	Livsstilshold				LUKKET
16.00 - 16.30					LUKKET
16.30 - 17.00		Puls/Styrke hold	16.45-17.45 Yoga Power Flow		LUKKET
17.00 - 17.30		Puls/Styrke hold	18.00-19.00 Yoga For Alle	Blandet hold	LUKKET
17.30 - 18.00	LUKKET	LUKKET	19.15-20.15 Blid Yoga	Blandet hold	LUKKET
18.00 - 18.30					