



HOLDOVERSIGT i CBL Forår 2019



Ugedag	Hold	Tidspunkt	Sted	Periode
Mandag	Slynge rolig	08.45-09.30	Selskabslokalet	Uge 2-26
Mandag	Spinning begynder	09.45-10.30	CBL	Uge 2-26
Mandag	Sjov Motion	10.30-11.30	Selskabslokalet	Uge 2-15
Mandag	Pilates	17.45-18.45	Selskabslokalet	Uge 3-26
Mandag	Spinning	18.00-19.00	CBL	Uge 2-26
Mandag	Zumba	19.00-20.00	Hal 3	Uge 2-26
Tirsdag	Spinning	06.00-07.00	CBL	Uge 2-26
Tirsdag	Knæ/Artrosehold	08.30-09.30	Selskabslokalet	Uge 2-26
Tirsdag	Effekt	10.00-11.00	Hal 2	Uge 2-26
Tirsdag	Visiteret Motion	10.00-12.00	Selskabslokalet	Uge 6-26
Tirsdag	Sjov Motion	11.30-13.00	Selskabslokalet	Uge 2-18
Tirsdag	Slynge	17.00-17.45	Selskabslokalet	Uge 2-26
Tirsdag	Spinning	17.30-18.30	CBL	Uge 2-26
Tirsdag	Puls & styrke	19.15-20.15	Hal 3	Uge 2-26
Onsdag	Puls & styrke	08.45-09.45	Hal 3	Uge 2-26
Onsdag	Onsdagshold 1	09.00-10.00	Selskabslokalet	Uge 2-26
Onsdag	Onsdagshold 2	11.00-12.00	Selskabslokalet	Uge 2-26
Onsdag	Slynge begynder	17.00-17.45	Selskabslokalet	Uge 2-26
Onsdag	Yoga	18.00-19.15	Selskabslokalet	Uge 2-26
Onsdag	Spinning	17.00-18.00	CBL	Uge 1-26
Onsdag	Zumba	19.00-20.00	Hal 3	Uge 2-26
Torsdag	Spinning	06.00-07.00	CBL	Uge 1-26
Torsdag	Torsdagsholdet	09.00-11.00	Hal 2	Uge 2-24
Torsdag	Sjov Motion	11.00-12.30	Selskabslokalet	Uge 1-17
Torsdag	Spinning	18.00-19.00	CBL	Uge 1-26
Torsdag	Rolig yoga	18.30-19.30	Selskabslokalet	Uge 3-26
Torsdag	Zumba	19.00-20.00	Hal 3	Uge 1-26
Fredag	Visiteret Motion	10.00-12.00	Selskabslokalet	Uge 4-26
Fredag	Junior Fitness	16.00-17.30	CBL	Uge 2-25
Fredag	Puls & styrke	16.00-17.00	Hal 3	Uge 1-26
Fredag	Spinning	17.00-18.00	CBL	Uge 1-26
Lørdag	Slynge	09.00-09.45	Selskabslokalet	Uge 1-26

Med forbehold for ændringer.