



BRITANNIA

STº 1870

Gruppetrening Britannia Fitness

Uke 40

Mandag 28. september	Tirsdag 29. september	Onsdag 30. september	Torsdag 01. oktober	Fredag 02. oktober	Lørdag 03. oktober	Søndag 04. oktober
07:15 Cycling 40 – Sofie	07:15 Tabata 25 - Sofie		07:15 Britannia Strenght 25 - Håkon	07:15 Cycling 40 – Sofie	11:30 Hiit Full Body – Lars R	
08:00 Britannia Strenght 25 - Sofie	07:45 Britannia Strenght 25 - Sofie		08:00 Core 15 - Håkon		12:15 Britannia Strength 25 – Lars R	
08:30 Mobility 15 - Sofie	08:15 Core 15 - Sofie		17:30 Hiit Full Body – Lars R		12:45 Mobility 15 – Lars R	
17:00 Tabata 25 – Lars V	08:30 Mobility 15 - Sofie		18:15 Britannia Strength 25 – Lars R			
17:30 Britannia Strength 25 - Lars V	17:30 Britannia Strength 25 - Håkon		18:45 Mobility 15 – Lars R			
18:00 Mobility 15 - Lars V	18:00 Core 15 – Håkon					
	18:15 Mobility 15 – Håkon					