



Timeplan Gruppetrening 4-22 Desember 2019*

	MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG	LØRDAG	SØNDAG
08:30		TRX Suspension Trn. 30 min		TRX Suspension Trn. 30 min			
12:00	HIIT - FULL BODY 40 min	Tabata 30 min	HIIT - FULL BODY 40 min	Tabata 30 min	HIIT - FULL BODY 40 min	Tabata 30 min	
16:00	HIIT - FULL BODY 40 min		HIIT - FULL BODY 40 min				
18:15	Tabata 30 min		Tabata 30 min				

* Ved ønske om PT timer i perioden 23.desember-1.januar , send forespørsel til fitness@britannia.no

Alle gruppetimer er gratis for boende gjester (etter kapasitet/tilgjengelighet). Oppmøte i fitness rommet i underetasjen, med unntak av yoga som er i yogarommet ved Spa & Fitness resepsjon. Kontakt Spa & Fitness resepsjon for å booke plass, eller send mail til fitness@britannia.no