



Gruppetrening Britannia Fitness

Uke 28

Mandag 6.juli	Tirsdag 7.juli	Onsdag 8.juli	Torsdag 9.juli	Fredag 10.juli	Lørdag 11.juli
08:00 Suspension training 25	08:00 Cycling Interval 25	18:00 Tabata	12:30 Mobility 20	08:00 Tabata 25	13:00 Suspension training 25
08:30 CORE 30	08:30 CORE 30	18:30 Mobility	18:30 Tabata 25	0830 CORE 30	
12:00 Strenght 25	12:15 Suspension training 25		19:00 Suspension training 25	09:00 Mobility 20	
12:30 Mobility 20					

Påmelding til gruppetime gjøres senest 24 timer i forkant til fitness@britannia.no for å opprettholde retningslinjer om smittevern.
Påmelding er gyldig når bekreftelse er sendt til din e-post.
Egentrening kan ikke gjennomføres på samme tidspunkt som gruppetime pågår .