



Gruppetrening Britannia Fitness

Uke 32

Mandag 3.august	Tirsdag 4.august	Onsdag 5.august	Torsdag 6.august	Fredag 7.august	Lørdag 8.august	Søndag 9.august
07:30 Cycling Interval 25	07:30 CORE 25	07:30 Cycling Interval 25	17:00 Strenght 25	12:30 CORE 30	10:30 Tabata 25	12:00 Suspension training 25
08:00 Suspension training 25	08:00 Cycling Interval 25	08:00 Suspension training 25	17:30 Tabata 25	13:00 Mobility 20		
08:30 CORE 30	08:30 Mobility 20	08:30 CORE 30		15:00 Tabata 25		
09:00 Mobility 20	09:00 Suspension training 25	09:00 Mobility 20				
19:00 Tabata 25	16:45 Strenght 25	17:30 Mobility 20				
19:30 Mobility 20	17:15 Tabata 25	18:00 Suspension training 25				

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 .