



Gruppetrening Britannia Fitness

Uke 49

Mandag 4.desember	Tirsdag 5.desember	Onsdag 6.desember	Torsdag 7.desember	Fredag 8.desember	Lørdag 9.desember	Søndag 10.desember
07:15 Cycling 40 – Lise	07:30 Tabata 25 – Therese/Lise	07:15 Cycling 40 – Lise	07:30 Tabata 25 – Therese/Lise	07:15 Cycling 40 – Martin	10:00 Tabata 25 – Therese/Lars	17:00 Yoga- Camilla
08:00 Strength 25- Lise	08:00 Suspension Training 25 –Therese/Lise	08:00 Strength 25 –Lise	08:00 Suspension Training 25 –Therese/Lise	08:00 Strength 25 – Martin	10:30 Strength 25 - Therese/Lars	
08:30 CORE 25 – Lise	08:30 CORE 15 – Therese/Lise	08:30 CORE 25 – Lise	08:30 CORE 15 – Therese/Lise			
17:30 Tabata 25 – Martin	18:00 Strength 25 - Martin		18:00 Strength 25 – Martin			
18:00 Strength 25 – Martin	18:30 CORE 25 – Martin		18:30 CORE 25 –Martin			

Påmelding til gruppetime gjøres senest 24 timer i forkant til fitness@britannia.no