



BRITANNIA

ST. 1870

Gruppetrening Britannia Fitness

Uke 16

Mandag 15. april	Tirsdag 16. April	Onsdag 17. April	Torsdag 18. april	Fredag 19. april	Lørdag 20. april	Søndag 21. april
07:15 Cycling 40 – Lise	07:30 Tabata 25 - Lise	07:15 Cycling 40 - Therese	07:30 Tabata 25 – Lise	07:15 Cycling 40 - Martin	10:00 Cycling Interval 25 - Lise	
08:00 Britannia strength 25 - Lise	08:00 Suspension Training 25 - Lise	08:00 Britannia strength 25-Therese	08:00 Britannia Strength 25 - Lise	08:00 Britannia Strength 25- Martin	10:30 Britannia Strength 25 - Lise	
08:30 Core 25 - Lise	08:30 Core 15 - Lise		08:30 Mobility 15 - Lise			
18:00 Tabata 25 - Martin	08:45 Mobility 15 - Lise		18:00 Britannia Strength 25- Martin			
18:30 Britannia Strength 25-Martin	18:00 Britannia Strength 25 - Martin		18:30 Core 25 - Martin			
	18:30 Core 25 - Martin		19:00 Mobility 15 - Martin			

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