



BRITANNIA

ST® 1870

Gruppetrening Britannia Fitness
Uke 41

Mandag 6. Oktober	Tirsdag 7. Oktober	Onsdag 8. Oktober	Torsdag 9. Oktober	Fredag 10. Oktober	Lørdag 11 Oktober	Søndag 12. Oktober
7:15 Cycling 40 - Martin	18:00 Britannia Strenght 25 - Martin	07:15 Cycling 40 - Martin	17:00 Hiit full body 40 - Lars	7:15 Cycling 40 - Lars	11:30 Hiit full body 40 - Lars	
17:45 Britannia Strength 25 - Martin	18:30 CORE 15 - Martin	08:00 Britannia Strength 25 - Martin	17:45 Mobility 15 - Lars	17:45 Britannia Strength 25 - Lars	12:15 Britannia Strength 25 - Lars	
	18:45 Mobilty 15 - Martin	08:30 Mobilty 15 - Martin	18:00 Tabata 30 - Lars	08:30 Mobilty 15 - Lars	12:45 Mobilty 15 - Lars	
17:00 Hiit full body 40 - Martin		19:00 Britannia Strength 25 - Lars	18:30 Britannia Strength 25 - Lars			
17:45 Mobility 15 - Martin		19:30 Yoga 55 - Lars				

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