



BRITANNIA

ST® 1870

Gruppetrening Britannia Fitness
Uke 2

Mandag 05. Januar	Tirsdag 06. Januar	Onsdag 07. Januar	Torsdag 08. Januar	Fredag 09. Januar	Lørdag 10. Januar	Søndag 11. Januar
07:15 Cycling 40 - Hilde	07:15 Tabata 25 - Hilde	07:15 Cycling 40 - Martin	07:15 Tabata 25 - Hilde	07:15 Cycling 40 - Hilde	11:30 Hiit full body 40 - Martin	
08:00 Britannia Strength 25 - Hilde	07:45 Britannia Strength 25 - Hilde	08:00 Britannia Strength 25 - Hilde	07:45 Britannia Strength 25 - Hilde	08:00 Britannia Strength 25 - Hilde	12:15 Britannia Strength 25 - Martin	
08:30 Mobility 15 - Hilde	08:15 CORE 15 - Hilde	08:30 Mobility 15 - Hilde	08:15 CORE 15 - Hilde	08:30 Mobility 15 - Hilde	12:45 Mobilty 15 - Martin	
17:00 Hiit full body 40 - Martin	08:30 Mobilty 15 - Hilde	19:00 Hiit full body 40 - Lars	08:30 Mobilty 15 - Hilde			
17:45 Mobility 15 - Martin	18:00 Britannia Strength 25 - Martin	19:45 Britannia Strength 25 - Lars	17:30 Tabata 25 - Martin			
	18:30 CORE 15 - Martin	20:15 Mobilty 15 - Lars	18:00 Britannia Strength 25 - Martin			
	18:45 Mobilty 15 - Martin		18:30 Mobilty 15 - Martin			

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