

REPEAT

HOLDPLAN

Aarhus

**HOLDENE ER DESIGNET SÅ ALLE KAN
VÆRE MED UANSET NIVEAU**

Holdene kører i følgende tidsrum:

Tid/dag	Mandag		Tirsdag		Onsdag		Torsdag		Fredag		Lørdag		Søndag	
	Instruktor	Hold	Instruktor	Hold	Instruktor	Hold	Instruktor	Hold	Instruktor	Hold	Instruktor	Hold	Instruktor	Hold
06.00														
06.30														
07.00							Anna	HIIT						
07.30	Lars	HIIT			Sarah	Booty								
08.00														
08.30			Kasper	FullBody					Kasper	HIIT				
09.00 - 10.30														
11.00											Daniel	HIIT	Sebastian	HIIT
11.30											Daniel	Booty	Sebastian	FullBody
12.00 - 15.30														
16.00	Maya	HIIT					Christine	HIIT						
16.30	Maya	Booty					Christine	FullBody						
17.00														
17.30														
18.00	Ziyad	HIIT												
18.30	Ziyad	FullBody	Jakob	HIIT										
19.00			Jakob	FullBody										
19.30														

Alle medlemmer kan gratis deltage på disse hold. Du kan finde holdplan samt tilmelde dig - via din REPEAT app - Spørg i receptionen hvis du har brug for hjælp.

Området er reserveret til holdafvikling i ovenstående tidsrum.