

REPEAT

HOLDPLAN

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

Holdene kører i følgende tidsrum:

Tid/Dag	Mandag		Tirsdag		Onsdag		Torsdag		Fredag		Lørdag	Søndag	
	Instruktør	Hold	Instruktør	Hold	Instruktør	Hold	Instruktør	Hold	Instruktør	Hold		Instruktør	Hold
07.00													
07.30			Amedeo	HIIT									
08.00													
08.30													
09.00									Rasmus	HIIT			
09.30					Rasmus	FullBody							
10.00													
10.30													
11.00												Yvonne	HIIT
11.30 - 13.30													
14.00									Sebastian	HIIT			
14.30									Sebastian	Booty			
15.00	Marlene	HIIT			Thomas	HIIT							
15.30	Marlene	Booty			Thomas	FullBody							
16.00 - 19.30													
20.00								Yvonne	Booty				
20.30													

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.