

REPEAT

HOLDPLAN

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

Holdene kører i følgende tidsrum:

	MANDAG		TIRSDAG		ONSDAG		TORSDAG		FREDAG		LØRDAG	
	Instruktør	Hold	Instruktør	Hold	Instruktør	Hold	Instruktør	Hold	Instruktør	Hold	Instruktør	Hold
7.00			Amedeo	HIIT								
7.30												
8.00												
8.30												
9.00					Rasmus	FullBody			Rasmus	HIIT		
9.30												
10.00												
10.30												
11.00											Yvonne	HIIT
11.30												
12.00												
12.30												
13.00												
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							Yvonne	FullBody				
21.00												

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.