

Aktiviteter i salen - sommer 2018

Dag	Tidspunkt	Holdtype	Instruktør
Mandag	10:00 - 10:55	Indendørs cykling	Helge Andersen
Mandag	11:15 - 12:10	Store Bolde	Merete Hytting
Mandag	17:30 - 18:25	Thi Chi	Peter S. Andersen
Mandag	18:30 - 19:25	Qigong	Peter S. Andersen
Mandag	19:30 - 20:25	Wing Chun	Peter S. Andersen
Tirsdag	06:30 - 07:25	Indendørs cykling	Heini Petersen
Tirsdag	10:00 - 10:55	Styrke	Metere / Sabine
Tirsdag	18:40 - 19:35	Indendørs cykling	Per Brøndum
Onsdag	10:00 - 10:55	Indendørs cykling	Helge Andersen
Torsdag	06:30 - 07:25	Indendørs cykling	Michael Damm
Torsdag	10:00 - 10:55	Mix Motion	Merete Hytting
Torsdag	11:15 - 12:10	Senior Yoga	Merete Hytting
Torsdag	16:30 - 17:45	Yoga for alle	Jette Blok
Torsdag	18:00 - 19:15	Rigtige Mænd	Lene Vincent / Kirsten Wolf
Fredag	10:00 - 10:55	Indesndørs cykling	Helge Andersen
Lørdag	09:00 - 09:55	Indendørs cykling	Forskellige



FIRMAIDRÆT
HILLERØD