

Holdtider

Dag / Tid	Hold
Mandag:	
kl. 10:00 - 11:00	Parkinson
kl. 10:30 - 11:30	Ryg
kl. 11:30 - 12:30	Balance
kl. 15:00 - 16:00	Nakke/skulder
kl. 17:00 - 18:00	Rygghold
kl. 18:00 - 19:00	GLAD
Tirsdag:	
kl. 09:00 - 10:00	Blandet
kl. 09:30 - 10:30	Blandet
kl. 10:30 - 11:30	Blandet
kl. 11:00 - 12:00	Blandet
kl. 11:30 - 12:30	Ældre
kl. 13:00 - 14:00	Sclerose
kl. 14:00 - 15:00	Blandet
kl. 16:00 - 17:00	Blandet
Onsdag:	
kl. 08:00 - 09:00	Hofte/knæ
kl. 09:00 - 10:00	Blandet
kl. 09:30 - 10:30	Parkinson
kl. 10:00 - 11:00	Blandet
kl. 10:30 - 11:30	Parkinson
kl. 11:30 - 12:30	Blandet
kl. 15:00 - 16:00	Blandet
kl. 17:00 - 18:00	GLAD
Torsdag:	
kl. 08:30 - 09:30	Ryg
kl. 10:00 - 11:00	Blandet
kl. 11:00 - 12:00	Blandet
kl. 13:00 - 14:00	Parkinson kvinder
kl. 13:30 - 14:30	Blandet
kl. 16:00 - 17:00	Ryg
kl. 16:30 - 17:30	Blandet
Fredag:	
kl. 09 - 10:00	Blandet
kl. 09:00 - 10:00	Blandet
kl. 10:00 - 11:00	Parkinson
kl. 10:00 - 11:00	Blandet
kl. 10:30 - 11:30	Blandet
kl. 11:00 - 12:00	Blandet
kl. 12:00 - 13:00	Blandet