

# Lemvig Fitness holdoversigt – efterår 2017.



Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag
09:00 – 9:50/Lasse Stabilitetstræning med fys. Kultursalen.	09:00 – 12:00 Sund fritid for alle Multihallen.	08:50 – 09:40/Johanne Formiddags Zumba Kultursalen.	09:00 – 12:00 Sund fritid for alle Multihallen.	09:00 – 09:50/Thomas Cirkeltræning Kultursalen	08:00 – 9:00/Charlotte/Vibeke Indoor Cycling Spinning lokale
10:00 – 10:50/Janni Easy Line m/Zumba Circuit Easy Line 1. sal.	10:30 – 12:00 Badminton for alle Multihallen.	10:00 – 10:50/Birgitta Easy Line m/Zumba Circuit Easy Line 1. sal.	10:30 – 12:00 Badminton for alle Multihallen.	10:00 – 11:00/Mehl Indoor Cycling Spinning lokale.	
16:00 – 16:50/Jette Lukket hold Easy Line 1. sal.	10:00 – 10:50/Henning Indoor Cycling Hjerteholdet Spinninglokale.	17:30 – 18:30/Jette Lukket hold Easy Line 1. sal.	10:00 – 10:50/Henning Indoor cycling Hjerteholdet Spinninglokale.		
16:30 – 17:20/Lasse Funktioneltræning med fys. Kultursalen	17:30 – 18:20/Solvejg Easy Line – Puls og styrke Easy Line 1. sal	18:00 – 18:50/Majbritt Step Fit Kultursalen.	18:00 – 18:50/Zanne Bokwa Kultursalen		
17:30 – 18:20/Mona Fit på bold Kultursalen.	18:30 – 19:30/Jette Toning af hele kroppen Multihallen.	18:30 – 19:30/Jette Easy Line m/Mandehørm Easy Line 1. sal.	18:30 – 19:20/Nicklas Easy Line m/Catslide Easy Line 1. sal (fra uge 43)		
18:00 – 18:45 /Vibeke Indoor Cycling begyndere/let øvede. Spinninglokale.	18:30 – 19:30/Johnny Indoor Cycling Spinning lokale (fra uge 43)	18:45 – 19:45/Michael Indoor Cycling Spinning lokale.	18:30 – 19:30/Martin Indoor Cycling Spinning lokale (fra uge 43)		
18:30 – 19:20/Janni og Johanna Zumba Kultursalen		19:00 – 20:15/Camilla Yoga Kultursalen.	19:00 – 20:00/ René Fitness Boksning 1. Sal (starter uge 43)		