

HOLDPLAN BASSIN - GLADSAXE

Tid	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag
09:00	Bassin 9:00 - 15. min Sasha Bassin 9:30 - 15. min Sasha			Bassin 9:00 - 15. min Sasha Bassin 9:30 - 15. min Sasha		
10:00		Bassin 10:00 - 15. min Tine		Neuro Bassin 10:00 - 15. min Lars		
11:00					Neuro Bassin 11:00 - 15. min Lars Bassin 11:30 - 15. min Lars	
12:00						
13:00			Bassin 13:30 - 15. min Sasha			
14:00			Styrke/balance Bassin 14:00 - 15. min Sasha Individuel Bassin 14:30 - 15. min Sasha			
15:00	Bassin 15:30 - 15. min Lars		Skulder Genoptræning 15:00 - 15. min Sasha Neuro Bassin 15:30 - 15. min Lars			
16:00	Individuel Bassin 16:00 - 15. min Lars Individuel Bassin 16:30 - 15. min Lars					