

HOLDPLAN PÅ KLINIK - GLADSAXE

Tid	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag
08:00						
09:00		Parkinson & Sclerose Neuro Hold 09:00 - 45. min Lars		Parkinson Neurologisk Hold 09:00 - 45. min Lars		
10:00	Individuel Træning 10:00 - 45. min Tine					
11:00	Træning I Maskiner 11:00 - 45. min Tine		Funktionstræning 11:00 - 45. min Tine			
12:00					Fitness Hold 12:00 - 45. min Sasha	
13:00				Individuel Træning 13:00 - 15. min Lars	Styrke/Kondition/Balance 13:00 - 45. min Sasha	
14:00	Individuel Træning 14:30 - 30. min Lars				Neuro Barn 14:00 - 15. min Sasha	
15:00			Funktionstræning 15:30 - 30. min Tine			