

Velkommen til selvtræning på Lokalcenter Gellerup 😊 - Se tiderne her					
Klokken	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
7-8	Selvtræning	Selvtræning	Selvtræning	Selvtræning	Selvtræning
8-9	Selvtræning	Selvtræning	Selvtræning	Selvtræning	Selvtræning
9-10	Visiteret træning	Selvtræner- instruktion v/ Kaj / Lise-Lotte	Visiteret træning	Selvtræning	Visiteret træning
10-11	Visiteret træning	Visiteret træning	Visiteret træning	Visiteret træning	Visiteret træning
11-12	Visiteret træning	Visiteret træning	Visiteret træning	Visiteret træning	Visiteret træning
12-13	Selvtræning	Selvtræning	Selvtræning	Selvtræning	Selvtræning
13-14	Visiteret træning	Visiteret træning	Visiteret træning	Visiteret træning	Visiteret træning
14-15	Selvtræning	Motionshold v/ Lise-Lotte 14.00 til 15.30	Selvtræning	Selvtræning	Selvtræning
15-16	Selvtræning		Selvtræning	Selvtræning	Selvtræning

Forstyr venligst ikke fysioterapeuterne under visiteret træning

Yderdøren på Lokalcetret låses kl. 15.00

(Aftalt 3/9 2021)