

Fordeling af tider i træningslokalet i Folkehuset Hasle

(Aftalt 12. februar 2024 v. Ulla Bording, jbul@aarhus.dk)

Klokken	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Weekend
7-8	Selvtræning	Selvtræning	Selvtræning	Selvtræning	Selvtræning	
8-9	Selvtræning	Selvtræning	Selvtræning	Selvtræning	Selvtræning	Selvtræning
9-10	Visiteret træning	Visiteret træning	Visiteret træning	Visiteret træning	Visiteret træning	Selvtræning
10-11	Visiteret træning	Visiteret træning	Visiteret træning	Visiteret træning	Visiteret træning	Selvtræning
11-12	Visiteret træning	Visiteret træning	Visiteret træning	Visiteret træning	Visiteret træning	Selvtræning
12-13	Visiteret træning	Selvtræning	Selvtræning	Visiteret træning	Selvtræning	Selvtræning
13-14	Visiteret holdtræning	Visiteret træning	Visiteret træning	Visiteret holdtræning	Visiteret træning	Selvtræning
14-15	Visiteret holdtræning	Selvtræning	Selvtræning	Visiteret holdtræning	Selvtræning	Selvtræning
15-20	Selvtræning	Selvtræning	Selvtræning	Selvtræning	Selvtræning	Selvtræning

Under visiteret træning: Spørg fysioterapeuten, om du må være i lokalet og selvtræne.

Forstyr venligst ikke fysioterapeuterne for visiteret træning med træningsspørgsmål som selvtræner.