

TID	MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
10.00-10.30				10.00-12.00 Boldspil/boldleg Natasha og Niels E. Multihallen på Lyngby stadion	10.00-11.00 Træning på store bolde Dirch Dancesalen Lyngby stadion
10.30-11.00		10.30-12.30 Kroff Michael og Natasha. Det grønne areal ved opvisnings-hallen			
11.00-11.30	11.00-12.00 Vandaerobic Niels E og Hilmer Lyngby Svømmehal			11.00-12.10 Træning på store bolde Dirch Lindegården	11.00-12.00 Tennis Walter og Niels Tennis hallen Lyngby stadion
11.30-12.00					
12.00-12.30	12.00-14.00 Badminton Gerner og Michael N. Multihallen på Lyngby stadion			12.00-14.00 Kegle Spil Isabel og Hilmer. Keglebanen på Lyngby Stadion	11.30-13.30 Kroff Michael og Natasha. Det grønne areal ved opvisnings-hallen
12.30-13.00					
13.00-13.30		13.00-14.15 Styrketræning Kasper og Niels E. Lyngby Stadion	13.00-14.00 Gå gruppe Natasha Frivilligcenteret, Rustenborgvej 2A		
13.30-14.00	13.30-14.30 Dans Carina og Heidi Dancesalen Lyngby Stadion				14.00-15.00 Der er efter gåturen mulighed for at mødes i Frivilligcentret
14.00-14.30				14.00-15.00 Styrketræning Walter og Niels. Lyngby stadion	
14.30-15.00					
15.00-15.30		15.00 – 17.00 Limone UNG Niels Lyngby stadion		15.00 – 17.00 Limone UNG Niels Lyngby Stadion	
15.30-16.00					

