

TID	MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
10.00-10.30			10.00 – 11.00 Disc-golf Flemming Virum park		10.00 – 11.00 Blid Yoga Alice Dansesalen Lyngby Stadion
10.30-11.00		10.30-12.30 Kroff Michael N Det grønne areal ved opvisnings- hallen			
11.00-11.30	11.00-12.00 Vandaerobic Niels og Hilmer Lyngby svømmehal				11.15 – Fri svømning
11.30-12.00				11.30-12.30 Helårsbadning/svømning Niels Skovshoved Havbad (MØDESTED Skovshoved Havn, 2920 11A)	11.30-13.30 Kroff Natasha Det grønne areal ved opvisnings- hallen
12.00-12.30	12.00 - 14.00 Badminton Natasha og Niels Multihallen Lyngby stadion	Vinterpause til marts 2022			11-30-12-30 Styrketræning Caleen/Niels Styrketrænings- rummet på Lyngby stadion
12.30-13.00				12.30 – 14.00 Kegler Søren Keglebanen Lyngby stadion	
13.00-13.30		13.00-14.15 Styrketræning Kasper og Caleen Styrketræningsrummet på Lyngby stadion	13.00-14.30 Gå gruppe Mikkel Frivilligcenteret		Vinterpause til marts 2022
13.30-14.00					
14.00-14.30				14.00-15.00 Styrketræning Walter og Caleen Styrketræningsrummet på Lyngby stadion	
14.30-15.00					
15.00-15.30	15.00– 17.00 Limone UNG Niels			15.00– 17.00 Limone UNG Niels	
15.30-16.00					

