



MOTIONSCENTER

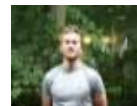


Vores dygtige instruktører:

Marianne



Mads



Jill



Anette



Sophie



Konstantin



Ludvig



Ann



Ida



Susan



Sarah



Frederik



Medlemskaber:

Årsmedlemskab (gælder 13 måneder)	kr. 5.425
Månedsbetaling via dankort træk (1 mdr. binding)	kr. 438
Månedskort (uden binding)	kr. 485
Klippekort 30 klip (gælder 9 mdr.)	kr. 2.250
Klippekort 10 klip – 80 min hold (gælder 9 mdr.)	kr. 1.200
Eftermiddag/weekend - Månedsbetaling via dankort træk (1 mdr. binding) Kr. 250	
1 Besøg (refunderes ved indmeldelse)	kr. 95
1 Besøg 80 min hold	kr. 135
Personlig træning 10 klip	kr. 3.600
1x Personlig træning	kr. 450
Klippekort zumba 10 klip	kr. 400
Programlægning	kr. 250
Basin og sauna	kr. 65
½ times massage	kr. 250

Medlemskaber er personlige og kan ikke overdrages til andre.

1/1 2021-31 /12 2021:

	ÅBNINGSTIDER:	
Mandag		7-21
Tirsdag		7-21
Onsdag		7-21
Torsdag		7-21
Fredag		7-19
Lørdag		7-14
Søndag		9-14

Motionscentret lukker en halv time tidligere, såfremt der ikke er nogle fremmødte.

Kl.	MANDAG	Kl.	TIRSDAG	Kl.	ONSDAG	Kl.	TORS DAG	Kl.	FREDAG	Kl.	LØRDAG
				07.30	Gymnastik M/K	07.30	TRX M/K			07.30	Gymnastik M/K
08.00	Gymnastik M/K	08.00	Gymnastik M	08.30	Feminin Form K	08.30	Body Toning M/K 80 min	08.00	Gymnastik M	08.30	Mave/baller/lår M/K
09.00	Pilates M/K	09.00	Gymnastik M/K	09.30	Feminin Form K			09.00	Pilates M/K		
10.00	Gymnastik K	10.00	Gymnastik K	10.30	Stram op M/K	10.00	Gymnastik K	10.00	Let Gymnastik M/K		
11.00	Let Gymnastik K			11.30	Let stram op M/K	11.00	Let Gymnastik K	11.00	Puls og Styrke		
13.00	Yoga M/K 80 min							12.00	Dans & rytme M/K		
16.30	Pilates M/K					15.00	Pilates M/K	13.10	Yoga M/K 80 min		SØNDAG
17.30	Low Impact/styrke M/K	17.30	Effekt M/K	17.30	Step Combi M/K	17.00	Zumba M/K			9.30	CrossDance M/K
18.30	Latinamerikanske rytmer M/K					18.00	Stor bold M/K			10.30	Gymnastik M/K 80 min
				19.30	Yoga M/K 80 min						