Kl.	MANDAG
09.00	9:00 - 10:00 Træning i maskiner Cecilie Frydenlund Dullum
12.00	12:00 - 12:55 Fodbold med Coach Messi Nicolai Lyngsø
14.00	14:00 - 15:00 Parkinson hold Nicolai Lyngsø
14.00	14:00 -15:00 Træning i maskiner Stine Kristiansen Høgemark
15.00	15:00 - 15:45 Træning i maskiner Morten Pape
16.30	16:30 - 17:00 Bl. styrketræning Eva Hauge

Kl.	TIRSDAG
07.00	7:00 - 8:00 Ryghold Louise Nielsen
10.00	10:00 - 11:00 GLAD-formiddag Stine/Nicolai/ Cecilie
11.00	11:00 - 12:00 Balance Stine Kristiansen Høgemark
11.00	11:00 - 12:00 Træning i maskiner Cecilie Frydenlund
12.00	12:00 - 13:00 Lasse bl. hold vederlagsfri Lasse Jensen
12.00	12:00 - 13:00 Knæ/Hofte Stine Kristiansen Høgemark
13.00	13:00 - 14:00 Bl. vederlagsfri - salen Cecilie Frydenlund Dullum
14.00	14:00 - 15:00 FysioPilates Stine Kristiansen Høgemark
16.00	16:00 - 16:45 Bl. styrketræning Nicolai Lyngsø
16.00	16:00 - 17:00 GLA:D eftermiddag

Kl.	ONSDAG
09.45	9:45 - 10:15 Holdtræning onsdag Nicolai Lyngsø
11.30	11:30 - 12:30 Hold i maskiner, onsdag 11:30-12:30
12.30	12:30 - 13:30 Gigthold
13.30	13:30 - 14:15 Holdtræning i salen Nicolai Lyngsø

Kl.	TORSDAG
08.30	
10.00	10:00 - 11:00 GLAD-formiddag Nicolai Lyngsø,
12.30	12:30 - 13:30 Bl. vederlagsfri Cecilie Frydenlund Dullum
13.00	13:00 - 13:45 Træning i maskiner
13.30	13:30 - 14:15 Parkinson torsdag Nicolai Lyngsø
14.00	14:00 - 15:00 Hold i maskiner Stine Kristiansen Høgemark
	14:00 – 15:00 Morbus Bechterew Cecilie
16.15	16:15 - 17:15 Bl. styrketræning Dan Christensen
18:00	18:00 – 19:00 Ryghold Ann-Sofie Madsen

Kl.	FREDAG
11.00	11:00 - 12:00 Hold i maskiner, fredag 11-12
12.30	12:30 - 13:30 Lasse Vederlagsfri Lasse Jensen
13.30	13:30 - 14:30 Styrketræning Eva Hauge

Kl.	LØRDAG
07.30	
08.30	
10.30	

SØNDAG

Fysioterapeuter med hold:

Stine Høgemark



Nicolai Lyngsø



Cecilie Dullum



Lasse Jensen



Dan Christensen



Eva Hauge



Louise Nielsen



JOHNSON INSTITUTTET
Dit center for sundhed og velvære

Sejerskovvej 15 , 5260 Odense S, tlf.: 6613 9988

kontakt@johnson-instituttet.dk **www.johnson-instituttet.dk**