

Se her

Hovborg Fitness

tilbyder fra uge 37 – 2012:

Opstart uge 37
med 2 prøvetimer
- derefter endelig
tilmelding/betaling
for i alt 12 timer til
kr. 300,-

Zumba

Tirsdage kl. 19 – 20, unge som ”gamle”, blot du kan lide at danse!

Instr.: Tove Hansen fra Sommersted

Nærmere info fås af Anja Mølholm på tlf.: 22 66 72 88

Spincykling

Mandage og evt. torsdage kl. 6 – 6.45, voksenhold, fra 15 år

Instr.: Kristina Vissing, Edwin van Kouwen

Torsdage kl. 16 – 16.50, ungdomshold for 4. – 9. klasse

Instr.: Anita Nielsen

Torsdage kl. 17 – 17.50, voksenhold, fra 15 år

Instr.: Dorthe Madsen, Anita Nielsen

Lørdage kl. 9 – 10, voksenhold, fra 15 år

Instr.: Kristina Vissing, Edwin van Kouwen, Dorthe Madsen

Der er tilmelding efter først til mølle princippet på tlf.: 21 49 39 14

Teenfitness

Mandage kl. 17 – 18, for de seje i 4. – 9. klasse

Instr.: Bente Leerskov, Anita Nielsen

Tilmelding på tlf.: 21 49 39 14

Slankehold

Mandage kl. 18.30-19.30, for alle der ønsker et langsigtet væggtab.

Instr.: Kost- og ernæringsvejleder Bente Leerskov

Tilmelding på tlf.: 30 29 70 19

OBS.: Årlig pris for vejledningssamtaler og frit medlemskab i fitness og/el. på holdene, kun kr. 2000,-

Løbehold

Mandage kl. 19 – ca. 19.30, alder underordnet, bare du gider løbe!

Instr.: Kristina Vissing og Anita Nielsen

Tilmelding på tlf.: 23 67 90 11

OBS.: Uden beregning, når du er udøver af anden aktivitet i fitness.