

URBAN FITNESS

Program 4. marts 2023

Kl. 10:00	●	Jacob Søndergaard - peptalk
Kl. 10:00	●	Trappe Challenge
Kl. 10:15	●	Qigong
Kl. 10:20	●	Naturtræning
Kl. 10:30	●	Jacob Søndergaard - vandretur
Kl. 11:20	●	Naturtræning
Kl. 12:00	●	Jacob Søndergaard - peptalk
Kl. 12:15	●	Qigong
Kl. 12:20	●	Naturtræning
Kl. 12:30	●	Jacob Søndergaard - vandretur
Kl. 12:30	●	Trappe Challenge
Kl. 13:15	●	Crossfit
Kl. 14:00	●	Jacob Søndergaard - peptalk
Kl. 14:15	●	Crossfit
Kl. 14:30	●	Jacob Søndergaard - vandretur
Kl. 15:15	●	Crossfit

URBAN FITNESS

Kort over aktiviteterne
på Sygehusgrunden
d. 4. marts 2023

