

## Efterårsprogram Friskis&Svettis København

September-december

<b>Dag</b>	<b>Tid</b>	<b>Intensitet</b>	<b>Instruktør</b>	<b>Sted</b>
Mandag	17:30-18:30	Basis	Marianne	Rådmandsgade
Tirsdag	17:30-18:30	Middel	Mette W	Rådmandsgade
Onsdag	17:30-18:45	Middel Station	Ingrid	Rådmandsgade
Torsdag	17:30-18:30	Middel	Mette D	Bordings Friskole
Torsdag	17:30-18:30	Basis	Cecilia	Rådmandsgade
Torsdag	18:30-19:00	Flex soft	Cecilia	Rådmandsgade
Fredag	17:00-18:00	Skiftende	Skiftende	Rådmandsgade
Søndag	10:30-11:30	Skiftende	Skiftende	Nyboder Skole