

LILLERØDHALLERNE Hal 3 - Banevang 7 - 3450 Allerød

TIRSDAG	TORSDAG	FREDAG
09.30-10.45	11.15-12.15	09.00-10.15
Tirsdagsdamerne 55+	Torsdags Puls & Styrke 55+	FredagsMix 55+ M/K
<i>Tilmelding til H40 giver også adgang til H41-43</i>		<i>Tilmelding til H42 giver også adgang til H41 + H43</i>
Hold 40	Hold 41	Hold 42
Start 16/9 2025	Start 18/9 2025	Start 19/9 2025
Slut 24/3 2026	Slut 26/3 2026	Slut 27/3 2026
		10.30-11.30
		Stolegymnastik M/K
		Hold 43
		Start 19/9 2025
		Slut 27/3 2026