

Kom i Form 45+

	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
08:00 - 09:00			Yoga		Yoga	Yoga	
09:00		Morgenmad/Info	Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad
10:30 - 11:30		Styrketræning	Metcon		Beach Workout	Styrketræning	
13:30		Frokost	Frokost	Frokost	Frokost	Frokost	
16:00	Check-in kl. 16			Hviledag			
17:00 - 18:00		Pool Workout 30'	Styrketræning		Zumba	Marbella Warrior	
18:30	Aftensmad	Aftensmad	Aftensmad	Aftensmad	Aftensmad	Aftensmad	
20:00 - 21:00		Foredrag v/Line BD	Foredrag v/Maria		Foredrag v/Line BD	Spansk aften + afsked	



Line
Foredrag



Lena
Managing Director &
Partner



Monica
Yoga



Sini
Sportsmassør



Frank
Grundlægger &
Personlig Træner