

Sundere Kvinder Efterår 2020

Uge nr.	AKTIVITET	AKTIVITET 2 OG AFLYSNINGER	INSTRUKTØR
32 (1)	Udetræning - TEST		Amanda/Per
33 (2)	Udetræning	Kropsscanning hos Per uge 33	Per
34 (3)	Teamwork træning		Amanda
35 (4)	Overraskelse/Zumba		Mette
36 (5)	Træning skov og strand	Venne/familietræning	Amanda
37 (6)	Overraskelse/yoga		Cathrine
38 (7)	Udetræning - TEST		Amanda
39 (8)	Overraskelse/ Calistenics		Mihel
40 (9)	Overraskelse/Boksning	Kropsscanning hos Per uge 40	Haile
41 (10)	Træning med vægte		Amanda
42 (11)	Selvtræning		
43 (12)	Træning i byrummet		Amanda
44 (13)	Løb		Francios
45 (14)	Crossfit- inspireret træning		Amanda
46 (15)	Overraskelse/Parkour		Mads
47 (16)	Udetræning - TEST	Kropsscanning hos Per hele uge 47	Amanda/Per