

# Helsingør Fysioterapi & Fitnesscenter

v/Allan Skipper Pedersen

## Fitness hold

### Mandag:

**16:00 – 17:00**  
**Styrketræning**  
Marianne

**17.00 - 18:00**

**YogaFlow**  
Marianne

### Tirsdag:

**16:30 – 18:00**  
**Yoga**  
Grete

### Onsdag:

**17:00 – 18:00**

**Styrketræning**  
Marianne

### Torsdag:

### Fredag:

**9:15-10:15**

**YogaFlow**  
Marianne

**Styrketræning og YogaFlow og Yoga husk Yogamåtte**