

Planlagte events for Team Rock Soldiers

Dato	Hold/Kunder	Træner	Titel
mandag d. 9 september 2019 kl. 17:30-19:55	Team Rock Soldiers	Sysser Lillelund	Opstart // 8 ugers Men Boot Camp Vejningslokale, TALK 2
onsdag d. 11 september 2019 kl. 17:30-19:25	Team Rock Soldiers	Sysser Lillelund	Holdtræning TALK 2, Train Puls 2
torsdag d. 12 september 2019 kl. 17:00-17:55	Team Rock Soldiers	Lukas Odde	Holdtræning Train Core
mandag d. 16 september 2019 kl. 18:00-18:55	Team Rock Soldiers	Sysser Lillelund	Holdtræning Train Power
onsdag d. 18 september 2019 kl. 17:00-17:55	Team Rock Soldiers	Lukas Odde	Holdtræning Train Core
torsdag d. 19 september 2019 kl. 17:00-17:55	Team Rock Soldiers	Lukas Odde	Holdtræning Train Puls 1
mandag d. 23 september 2019 kl. 17:00-18:55	Team Rock Soldiers	Sysser Lillelund	Holdtræning TALK 1, Vejningslokale, Train Power
onsdag d. 25 september 2019 kl. 17:00-17:55	Team Rock Soldiers	Sysser Lillelund	Holdtræning Train Puls 2
torsdag d. 26 september 2019 kl. 17:00-17:55	Team Rock Soldiers	Lukas Odde	Holdtræning Train Mind
onsdag d. 2 oktober 2019 kl. 17:00-17:55	Team Rock Soldiers	Lukas Odde	Holdtræning Train Puls 1
torsdag d. 3 oktober 2019 kl. 17:00-17:55	Team Rock Soldiers	Lukas Odde	Holdtræning Train Puls 2
mandag d. 7 oktober 2019 kl. 18:00-20:25	Team Rock Soldiers	Sysser Lillelund	Holdtræning + vejning/cm + kost Vejningslokale, Train Power, TALK 1
onsdag d. 9 oktober 2019 kl. 17:30-18:25	Team Rock Soldiers	Sysser Lillelund	Holdtræning Train Core
torsdag d. 10 oktober 2019 kl. 17:00-17:55	Team Rock Soldiers	Sysser Lillelund	Holdtræning Train Puls 2
mandag d. 21 oktober 2019 kl. 17:00-17:55	Team Rock Soldiers	Sysser Lillelund	Holdtræning Train Power
onsdag d. 23 oktober 2019 kl. 17:30-18:25	Team Rock Soldiers	Lukas Odde	Holdtræning Train Puls 1
torsdag d. 24 oktober 2019 kl. 18:00-18:55	Team Rock Soldiers	Lukas Odde	Holdtræning Train Core
mandag d. 28 oktober 2019 kl. 17:30-19:25	Team Rock Soldiers	Sysser Lillelund	Holdtræning + cm + kost Vejningslokale, TALK 1, Train Puls 2
onsdag d. 30 oktober 2019 kl. 17:30-18:25	Team Rock Soldiers	Lukas Odde	Holdtræning Train Power
torsdag d. 31 oktober 2019 kl. 18:00-18:55	Team Rock Soldiers	Lukas Odde	Holdtræning Train Mind
mandag d. 4 november 2019 kl. 17:00-17:55	Team Rock Soldiers	Sysser Lillelund	Holdtræning Train Power
onsdag d. 6 november 2019 kl. 17:00-17:55	Team Rock Soldiers	Lukas Odde	Holdtræning Train Puls 2

Dato	Hold/Kunder	Træner	Titel
torsdag d. 7 november 2019 kl. 17:00-17:55	Team Rock Soldiers	Lukas Odde	Holdtræning Train Mind
mandag d. 11 november 2019 kl. 17:00-18:55	Team Rock Soldiers	Sysser Lillelund	Holdtræning + test + motivation TALK 1, Train Puls 2
onsdag d. 13 november 2019 kl. 17:00-19:25	Team Rock Soldiers	Sysser Lillelund	Afslutning // 8 ugers men boot camp Vejningslokale, TALK 2, Train Core