

# Sommermotion i EBIC Ebeltoft Idrætscenter

Uge 27 + 28 + 29 + 30

	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag	
06.00-06.30								
06.30-07.00		Off. Åbning Sv.hal			Off. Åbning Sv.hal			
07.00-07.30								
07.30-08.00		06.00-08.00			06.00-08.00			
08.00-08.30								
08.30-09.00	"Zumba"							
09.00-09.30	Lej en badminton bane 09.00-15.00	08.30-09.30	Lej en badminton bane 09.00-15.00	Switching 09.30-10.15	Lej en badminton bane 09.00-15.00	Off. Åbning Sv.hal 10.30-15.30	Off. Åbning Sv.hal 10.30-15.30	
09.30-10.00		uge 30						Vandmotion Uge 27+28
10.00-10.30								
10.30-11.00								
11.00-11.30		Switching 10.30-11.15						
11.30-12.00								
12.00-12.30								
12.30-13.00								
13.00-13.30		Off. Åbning Sv.hal 10.30-15.30	Off. Åbning Sv.hal 10.30-15.30	Off. Åbning Sv.hal 10.30-15.30	Off. Åbning Sv.hal 10.30-15.30	Off. Åbning Sv.hal 10.30-15.30	Off. Åbning Sv.hal 10.30-15.30	
13.30-14.00								
14.00-14.30								
14.30-15.00								
15.00-15.30		Biking 15.00-16.00		Biking 15.00-16.00				
15.30-16.00								
16.00-16.30					Mountainbike "Tur"			
16.30-17.00								
17.00-17.30				"Zumba"				
17.30-18.00		Off. Åbning Sv.hal 17.00-20.00		17.00-18.00				
18.00-18.30	Cross + boksemotion			Ourdoor Fit (ikke uge 28)	uge 29+30			
18.30-19.00								
19.00-19.30								
19.30-20.00								
	MOTIONSCENTER 08.00-18.00	MOTIONSCENTER 08.00-18.00	MOTIONSCENTER 08.00-15.00	MOTIONSCENTER 08.00-18.00	MOTIONSCENTER 08.00-15.00			