



Friskis, København.

Program efterår 2025

Træningssted	Dag og klokkeslæt	Træningsform	Instruktør
Professionshøjskolen	Mandag kl. 17:30	Jympa*	Mette W.
Professionshøjskolen	Tirsdag kl. 17:30	Udendørs cross	Ingrid
Professionshøjskolen	Onsdag kl. 17:30	Jympa	Cecilia
Bordings Friskole	Torsdag kl. 17:30	Jympa	Mette D.
Nyboder Skole	Søndag kl. 15:30	Skiftende	Skiftende

*Jympa er allround træning til musik

Træningssteder:

- Professionshøjskolen Rådmandsgade 59, 2200 Kbh. N
- Bordings Friskole, Øster Søgade 88, 2100 Kbh. Ø
- Nyboder skole, Øster Voldgade 15, 1350 Kbh. K