



RØDDING CENTRET

Sønderyden 15

6630 Rødding

Tlf. 73 84 54 00

E-mail: post@rcentret.dk

Web: www.rcentret.dk

Cvr: 36 28 42 18

Holdtræning i Vand 2018/2019

Vandgymnastik – Alle kan deltage

Onsdag	08:00-09:00	25 m bassin+Helsebadet	RG
Torsdag	08:00-10:00	25 m bassin+Helsebadet	RG
Torsdag	09:00-10:00	25 m bassin+Helsebadet	RG

Handicap – Skavankhold – Voksen

Mandag	17:00-18:00	Helsebadet	RG
Torsdag	10:00-10:45	25 m bassin+Helsebadet	RG

Handicap – Skavankhold – Børn

Mandag	17:00-17:45	Helsebadet	RG
--------	-------------	------------	----

Aqua aerobic – Alle kan deltage

Tirsdag	16:30-17:30 & 17:35-18:30	Helsebadet	RG
Torsdag	11:00-12:00	Helsebadet	RG

RG Rødding Gymnastikforening - Tilmelding og betaling på www.rgym.dk

Aqua fitness – Alle kan deltage

Mandag	08:00-08:45	Helsebadet	RC
Onsdag	19:00-19:45	Helsebadet	RC
Fredag	08:00-08:45	Helsebadet	RC
Lørdag i lige uger	08.30-09.30	Helsebadet	RC

RC Rødding Centret – Tilmelding og betaling på www.rcentret.dk

Babysvømning – Alle kan deltage

Mandag	10:00-10:00	Helsebadet	RSK
Torsdag	12:00-12:45 & 12:45-13:30	Helsebadet	RSK
Lørdag	09:30-12:00	Helsebadet	RSK

RSK Rødding Svømmeklub – tilmelding og betaling www.rsklub.dk

Fysioterapeut & Gigt

Mandag	15:00-17:00	Helsebadet	Gigt
Tirsdag	08:30-11:30	Helsebadet	Gigt
Torsdag	16:00-18:00	Helsebadet	Gigt
Onsdag	09:00-12:00	Helsebadet	Gigt
Torsdag	14:00-16:00	Helsebadet	Fys 1
Tirsdag	12:00-14:00	Helsebadet	Fys 2
Torsdag	18:00-18:45	Helsebadet	Fys 2

Tilmelding Gigtforening - Ingelise Thane 22 46 74 84 (kursusleder) www.gigtforeningen.dk

Tilmelding Fysioterapeut 1 - Karen Berggren på 74 55 22 20

Tilmelding Fysioterapeut 2 - Lisa Just på 74 84 25 26

www.roedding-fys.dk

Med forbehold for ændringer, fejl og aflysninger!

Se flere oplysninger på de respektive hjemmesider eller kontakt dem pr. telefon.