	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
	B1 B2 B3 B4 B5 B6	B1 B2 B3 B4 B5 B6	B1 B2 B3 B4 B5 B6	B1 B2 B3 B4 B5 B6	B1 B2 B3 B4 B5 B6	B1 B2 B3 B4 B5 B6	B1 B2 B3 B4 B5 B6
06.00-06.30	19 VOKSENMOTION	Filterskyl i Bassin Lukket for hold	19 VOKSENMOTION	19 VOKSENMOTION			
06.30-07.00							
07.00-07.30							
07.30-08.00							
08.00-08.30	82 BABYSVØMNING 2-7 MDR (1 FORÆLDRE)		111 EFTERFØDSELSTRÆNING	125 BABYSVØMNING 2-7 MDR (1 FORÆLDRE)	136 BABYSVØMNING 7-12 MDR (1 FORÆLDRE)	147 Neonfisk - Søkendehold 0 - 5 år 2 BØRN OG 2 VOKSNE	158 BABYSVØMNING 7-12 MDR (1 FORÆLDRE)
08.30-09.00	83 BABYSVØMNING 7-12 MDR (1 FORÆLDRE) - Hold 1	99 BABYSVØMNING 2-7 MDR (1 FORÆLDRE)		126 BABYSVØMNING 7-12 MDR (1 FORÆLDRE)	137 BABYSVØMNING 2-7 MDR (1 FORÆLDRE)	148 BABYSVØMNING 7-12 MDR (1 FORÆLDRE)	159 BABYSVØMNING 2-7 MDR (1 FORÆLDRE)
09.00-09.30	84 BABYSVØMNING 2-7 MDR (1 FORÆLDRE)	100 BABYSVØMNING 7-12 MDR (1 FORÆLDRE)	112 AQUAFITNESS GO' MORN FITNESS	127 AQUAFITNESS GO' MORN FITNESS	LYSTRUPLUND	149 SUPERSVØMMER 1 ÅR - 2,5 ÅR 1 FORÆLDRE	160 SUPERSVØMMER 1 ÅR - 2,5 ÅR 1 FORÆLDRE
09.30-10.00	85 BABYSVØMNING 7-12 MDR (1 FORÆLDRE) - Hold 1	101 BABYSVØMNING 2-7 MDR (1 FORÆLDRE)		74 AQAUFITNESS GRAVIDE SÆRLIG FOKUS PÅ PLUS SIZE		150 SØHESTE 2 ÅR - 4 ÅR 1 FORÆLDRE	161 SØHESTE 2 ÅR - 4 ÅR 1 FORÆLDRE
10.00-10.30	86 SENIORMOTION BASIC	102 VOKSNE MED FYSISK FUNKTIONSNEDSÆTTELSE Uden personlig ledsager	113 ETNISKE KVINDER		138 SENIORMOTION BASIC	151 HALETUDSER 3 - 5,5 ÅR 1 FORÆLDRE	162 HALETUDSER 3 - 5,5 ÅR 1 FORÆLDRE
10.30-11.00				Filterskyl i Bassin Lukket for hold	74 AQAUFITNESS GRAVIDE	152 SØANEMONER 6 - 9 ÅR BØRN SÆRLIGE BEHOV M. LEDSAGER	163 HALETUDSER 3 - 5,5 ÅR 1 FORÆLDRE
11.00-11.30	LYSTRUP FYSIOTERAPI					153 ØSTERS 2-5 ÅR BØRN SÆRLIGE BEHOV M. LEDSAGER	164 BLÅMUSLINGER 2 ÅR - 4 ÅR 1 FORÆLDRE
11.30-12.00		103 VOKSNE MED FYSISK FUNKTIONSNEDSÆTTELSE Med personlig ledsager	114 SENIORMOTION BASIC		139 FRISK FREDAGS FITNESS	154 KRABBER 9 - 14 ÅR BØRN SÆRLIGE BEHOV M. LEDSAGER	165 REJER
12.00-12.30	87 AQUAFITNESS PLUS SIZE				140 EFTERFØDSELSTRÆNING	OFFENTLIG SVØMNING	OFFENTLIG SVØMNING
12.30-13.00	74 AQUAFITNESS GRAVIDE SÆRLIG FOKUS PÅ TRÆNING AF BÆKKEN	104 SENIORMOTION BRAINFIT					
13.00-13.30				128 SENIORMOTION POWER			
13.30-14.00	88 STATIONSTRÆNING Genoptræning i vand og på land						
14.00-14.30							
14.30-15.00			115 GUPPY SFO - ELSTED SKOLE	129 GUPPY SFO - ELSTED SKOLE	141 SENIORMOTION BASIC		
15.00-15.30	89 HALETUDSER 3 - 5,5 ÅR 1 FORÆLDRE	105 HALETUDSER 3 - 5,5 ÅR 1 FORÆLDRE	116 SØANEMONER 6 - 9 ÅR BØRN SÆRLIGE BEHOV M. LEDSAGER	130 REJER	142 BLÅMUSLINGER 2 ÅR - 4 ÅR 1 FORÆLDRE	155 SUPERSVØMMER 1 ÅR - 2,5 ÅR 1 FORÆLDRE	
15.30-16.00	90 SØHESTE 2 ÅR - 4 ÅR 1 FORÆLDRE	106 HALETUDSER 3 - 5,5 ÅR 1 FORÆLDRE	117 HALETUDSER 3 - 5,5 ÅR 1 FORÆLDRE	131 GUPPY	143 SØHESTE 2 ÅR - 4 ÅR 1 FORÆLDRE - Hold 4	156 REJER	
16.00-16.30	91 GUPPY	107 REJER	118 REJER	132 SØSTJERNER 4 - 7 ÅR BØRN SÆRLGE BEHOV U. LEDSAGER - Hold X	144 REJER Hold 8	157 GUPPY	
16.30-17.00	92 REJER	108 HALETUDSER 3 - 5,5 ÅR 1 FORÆLDRE	119 BLÅMUSLINGER 2 ÅR - 4 ÅR 1 FORÆLDRE	133 REJER	145 GUPPY Hold 2	OFFENTLIG SVØMNING	
17.00-17.30	93 REJER	109 REJER	120 HALETUDSER 3 - 5,5 ÅR 1 FORÆLDRE	134 ACTIONSPORT Skillz	146 LEG OG HYGGE I VARMT VAND FAMILIESVØMNING		
17.30-18.00	94 MINI VANDPOLO	OFFENTLIG SVØMNING	121 AQUAFITNESS PLUS SIZE	74 AQAUFITNESS GRAVIDE			
18.00-18.30	95 FRA VANDSKRÆK TIL VANDGLÆDE		122 FRA VANDSKRÆK TIL VANDGLÆDE				
18.30-19.00	96 VANDGLÆDE TIL SVØMMETEKNIK ET FORTSÆTTER HOLD TIL DIG SOM HAR OVERVUNDET DIN VANDSKRÆK		123 VANDGLÆDE TIL SVØMMETEKNIK ET FORTSÆTTER HOLD TIL DIG SOM HAR OVERVUNDET DIN VANDSKRÆK	135 AQUAFITNESS BASIC	68 AQUADISKO		
19.00-19.30				SKIFTENDE HOLD AF 8-12 UGER Læs om nuværende tilbud på www.lystrupsvoemning.dk			
19.30-20.00	97 AQUAFITNESS PILATES	74 AQUAFITNESS GRAVIDE	124 STATIONSTRÆNING Genoptræning i vand og på land				
20.00-20.30	98 AQUAFITNESS BASIC						
20.30-21.00		110 AQUA YOGA Team Y	19 VOKSENMOTION				
21.00-21.30					SKIFTENDE HOLD AF 8-12 UGER Læs om nuværende tilbud på www.lystrupsvoemning.dk		
21.00-22.00							