







KONTAKT OS, FOR AT FÅ LAGT ET PROGRAM

Billede	Navn	Kontakt	Egen træning	Andet
 A man with short blonde hair and glasses, wearing a grey and black New Balance jacket, smiling. He is standing in front of a red New Balance archway.	Ryan Nielsen	rmnr08@yahoo.dk Mobil: 24413632	Almen fitness brug	Fokusområde er med speciale i bevægelsehandicappet
 A woman with dark hair, wearing a yellow t-shirt with a floral pattern and sunglasses on her head. She is outdoors with buildings in the background.	Annika Espersen	petersen80@hotmail.com Mobil: 29703505	Træner fitness, kettlebell, puls og styrke, crossgym.	Erfaring med træning af børn og unge.
 A man with a grey beard and balding head, wearing a black jacket with a New Balance logo and a lanyard. He is sitting in an office chair.	Holger Kofoed	holgerkofoed@gmail.com Mobil 21741130	Løbetræner, spinninginstruktør og fitnessinstruktør	Holger laver primært træningsprogrammer og rådgivninger for personer over 65 år.

	<p>Andreas Pedersen</p>	<p>Andreas@memoo.dk</p> <p>Mobil 50333555</p>	<p>Jeg træner styrketræning 4 gange om ugen plus 3 til 4 gange cardio om ugen</p>	
	<p>Miriam Asvarisch</p>	<p>miriam@sporty2.dk</p> <p>Mobil 24448317</p>	<p>Løb, orienteringsløb, svømning, styrketræning, spinning og mountainbike.</p>	
	<p>Emil Stefaniuk</p>	<p>emilstefaniuk1421@gmail.com</p> <p>Mobil: 51345027</p>	<p>Jeg er 19 år Jeg styrketræner 5-6 gange om ugen.</p>	<p>Spørg mig gerne til råds når I er her Ellers er I velkomne til at skrive</p>

	<p>Tobias Hartelius</p>	<p>Mail: trhartelius@gmail.com Mobil: 51904356</p>	<p>Egen træning: Træner vægttræning med fokus på styrke 5 gange om ugen.</p>	<p>Erfaring: Træning med teenagere</p>
	<p>Christian F. Nielsen</p>	<p>Mobil 23311022</p>	<p>Træner styrketræning, hovedsageligt med frie vægte. Har tidligere dyrket og instrueret i kampsport.</p> <p>Christian laver ikke personlige træningsprogrammer i øjeblikket.</p>	
	<p>Poul Larsson</p>	<p>poul.e.larsson@gmail.com Mobil 25 78 45 62</p>	<p>Spinning- og fitnessinstruktør. Styrketræning, hovedsageligt med frie vægte</p> <p>Poul laver ikke personlige træningsprogrammer i øjeblikket.</p>	<p>Specielt tilrettelagt holdtræning for medlemmer med slidgigt i knæ og hofter.</p>