	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O
1															
2	lige uger	**8-9**	**9-10**	**10-11**	**11-12**	**12-13**	**13-14**	**14-15**	**15-16**	**16-17**	**17-18**	**17.30-18.30**	**18 - 19.30**	**19.30-20.30**	**20-21**
3	Mandag														
4	Tirsdag												Spinning		
5	Onsdag		Soft spinning												
6	Torsdag														
7	Fredag														
8	Lørdag														
9	Søndag														
10	ulige uger	**8-9**	**9-10**	**10-11**	**11-12**	**12-13**	**13-14**	**14-15**	**15-16**	**16-17**	**17-18**	**18-19**	**18 - 19**	**19.30-20.30**	**20-21**
11	Mandag														
12	Tirsdag												Spinning		
13	Onsdag		Soft spinning												
14	Torsdag														
15	Fredag														
16	Lørdag														
17	Søndag														
18															
19		**8-9**	**9-10**	**10-11**	**11-12**	**12-13**	**13-14**	**14-15**	**15-16**	**16-17**	**17-18**	**18-19**	**18.30-19.3**	**19.30-20.30**	**20-21**
20															
21															
22															
23															
24															
25															
26															