

BADASS BOOTCAMP MED TRINE & ANNE – 31. AUGUST-7. SEPTEMBER 2025, LEVANTE - RHODOS

SØNDAG 31.08	MANDAG 01.09	TIRSDAG 02.09	ONSDAG 03.09	TORSDAG 04.09	FREDAG 05.09	LØRDAG 06.09	SØNDAG 07.09
	08.00-09.00 Velkomst og rundvisning		07.00-08.00 Morgen yoga			07.00-08.00 Morgen yoga	Afrejsedag
	09.00-10.00 WOD			09.00-10.00 Vægtløftning	09.00-10.00 Multicourt	09.00-10.00 Vægtløftning	09.00-10.00 WOD
	07.00-10.00 Morgenmad	07.00-10.00 Morgenmad	07.00-10.00 Morgenmad	07.00-10.00 Morgenmad	07.00-10.00 Morgenmad	07.00-10.00 Morgenmad	07.00-10.00 Morgenmad
Ankomst Rhodos CPH 12.10		10.00-11.00 Step	Gåtur til byen		11.00-12.00 Gymnastics		10.00-11.00 Pink Platform
							Departure CPH 13.10
	13.00-15.00 Frokost	13.00-15.00 Frokost	13.00-15.00 Frokost	13.00-15.00 Frokost	13.00-15.00 Frokost	13.00-15.00 Frokost	13.00-15.00 Frokost
		17.00-18.00 WOD		16.00-17.00 Spinning, bike	16.00-17.00 Step		
	18.00-19.00 Stretch & Relax			17.00-18.00 MULTICOURT			
Ankomst Rhodos BLL 22.40	18.30-21.30 Aftenbuffet	18.30-21.30 Aftenbuffet	18.30-21.30 Aftenbuffet	18.30-21.30 Aftenbuffet	18.30-21.30 Aftenbuffet	18.30-21.30 Aftenbuffet	Departure BLL 23.25

Restaurant	WOD box	Pink Platform	Yoga Shala	Multicourt	Reception
------------	---------	---------------	------------	------------	-----------