

Ruterne på Praxtour simulator cykler efter warming-up:

Alpe d'Huez
Ardèche - Vallon - Sauze
Lárdèche - Sauze - Vallon
Croix de Fer
Galibier
Gladon down
Holterberg
Limburg Classic 1
Limburg Classic 2
Mont Ventoux N
Mont Ventoux S
Nesque
Postbank
Télégraphe
Tourmalet (deport Lux-St. Sauveur)
Vlaanderens Mooiste 1
Vlaanderens Mooiste 2

Booking og priser:

Du kan book tider i receptionen på FLEXfitness ved personlig eller telefonisk henvendelse på 97412722.
Der er tider ugens 7 dage

Priser for medlemmer:

1 time kr. 25,- 2 timer kr. 40,- 3 timer kr. 50,-

Priser for IKKE medlemmer:

1 time kr. 80,- 2 timer kr. 100,- 3 timer kr. 120,-

Medbring egen puls-ur - der er dog mulighed for at låne puls-ur i receptionen.

Tider:

Mandag - torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
07.00 - 08.00	07.00 - 08.00	09.00 - 10.00	09.00 - 10.00
08.15 - 09.15	08.15 - 09.15	10.15 - 11.15	10.15 - 11.15
09.30 - 10.30	09.30 - 10.30	11.30 - 12.30	11.30 - 12.30
10.45 - 11.45	10.45 - 11.45	12.45 - 13.45	12.45 - 13.45
12.00 - 13.00	12.00 - 13.00	14.00 - 15.00	14.00 - 15.00
13.15 - 14.15	13.15 - 14.15		
14.30 - 15.30	14.30 - 15.30		
15.45 - 16.45	15.45 - 16.45		
17.00 - 18.00	17.00 - 18.00		
18.15 - 19.15			
19.30 - 20.30			