

Gruppträningschema 29 april – 26 maj 2019 (vecka 18 – 21)

Måndag 29 april, 6, 13 och 20 maj	Tisdag 7, 14 och 21 maj	Onsdag 8, 15 och 22 maj	Torsdag 2, 9 och 23 maj	Fredag 3, 10, 17, 24 och 31 maj	Söndag
6.55 Cirkelträning 40 min <i>Annika/Pierre</i>		6.55 MIC 40 min <i>Bosse</i>	OBS! Inga gruppträningspass 16 maj pga Blodomloppet	6.55 Cirkelfys 45 min <i>Bosse</i>	ETC i stora salen
11.30 Arch/basträning 30 min <i>Helene</i>					
16.10 Cirkelcore 30 min <i>Carina/Bosse</i>		16.25 Gympa 50 min <i>Anna</i>	16.10 Arch+/basträning 40 min <i>Pierre</i>		
16.45 Box 60 min <i>Carina/Ullis</i>	17.05 Skivstång 35 min <i>Yvonne</i>	17.20 Zumba 50 min <i>Emelie</i>	17.00 <i>Nyhet!</i> Utefys 60 min <i>Pierre</i>		
17.50 Intervallfys 50 min <i>Bosse</i>	17.45 Puls 20 min <i>Yvonne</i>				

Gruppträningschema 27 maj – 14 juni 2019 (vecka 22 – 24)

Måndag 27 maj, 3 och 10 juni	Tisdag 28 maj, 4 och 11 juni	Onsdag 29 maj, 5 och 12 juni	Torsdag 13 juni	Fredag 7 och 14 juni	Söndag
6.55 Cirkelträning 40 min <i>Annika/Pierre</i>		6.55 MIC 40 min <i>Bosse/Ylva</i>		6.55 Cirkelfys 45 min <i>Bosse</i>	ETC
17.00 Intervallfys 50 min <i>Bosse/Ullis</i>	17.00 Zumba 50 min <i>Emelie</i>		17.00 <i>Nyhet!</i> Utefys 60 min <i>Pierre</i>		

Ändringar av våra öppettider på grund av helg- och klämdagar:

Valborg 30 april	6.45 – 13		Onsdag 29 maj	6.30 – 17.30		Onsdag 5 juni	6.30 – 17.30
Onsdag 1 maj	Stängt		Torsdag 30 maj	Stängt		Torsdag 6 juni	Stängt
			Fredag 31 maj	6.30 – 17.30		Fredag 7 juni	6.30 – 17.30