

# Schema gruppträning v.28 2018

Måndag	10.00	17.30	18.00	18.30	19.00
Stora Salen			Jympa puls medel Annelie		
Lilla Salen	Licenseringspass Ski vstång 55 Tim				Flex 30 Kari n
Cirkel gym/Gym				Cirkel gym/Flex Kari n	
Spin		Spin Int Långa Ivanda			
Uteträning					

Tisdag	08.30	18.30
Stora Salen		
Lilla Salen		
Cirkel gym/Gym	IMT-Styrka 45 Erica	
Spin		
Uteträning		Stadsträdgården

Onsdag	17.30	18.00
Stora Salen		Interval Flex Mia
Lilla Salen	Cirkel fys Cilla	
Cirkel gym		
Spin		
Uteträning		

Torsdag	17.30	18.00	18.30
Stora Salen		Jympa mix b/m Mia&Jenni fer	
Lilla Salen			
Cirkel gym	Cirkel gym Britt		
Spin			Spin 55 Jesper
Uteträning			

Fredag	10.00
Stora Salen	Jympa bas Anne
Lilla Salen	
Cirkel gym	
Spin	
Uteträning	

Söndag	17.30	17.45	19.00
Stora Salen	Jympa mix b/m Carolina&Jenni fer		
Lilla Salen		Core Katri	Yoga Katri
Cirkel gym			
Spin			Spin Int stege Tommy
Uteträning			