

Schema gruppträning v.33 2018

Måndag	10.00	17.30	18.00	18.30
Stora Salen	Station bas Cathrine&Anne		Jympa medel Rebecca	
Lilla Salen				
Ci rkel gym/Gym				Ci rkel gym Helene
Spi n		Spi n spurt AC		
Uteträning				

Tisdag	17.30	18.00
Stora Salen		Ci rkel fys Kjell
Lilla Salen	Interval Flex Mia	
Ci rkel gym/Gym		
Spi n		
Uteträning		

Onsdag	09.30	10.00	17.30	18.00
Stora Salen		Jympa soft Yvonne		Jympa mix b/m Mia&Jenni fer
Lilla Salen			Ski vstång Int 75 Cissi	
Ci rkel gym	Ci rkel gym Anna			
Spi n				
Uteträning				

Torsdag	11.00	17.30	18.30	18.30
Stora Salen			Jympa puls medel Håkan&Katri	
Lilla Salen	Yoga soft Ulrika			
Ci rkel gym		Ci rkel gym Magnus		
Spi n				Spi n 55 Jesper
Uteträning				

Fredag	10.00
Stora Salen	Jympa bas Jenni fer
Lilla Salen	
Ci rkel gym	
Spi n	
Uteträning	

Söndag	17.30	17.45	19.00
Stora Salen	Jympa mix b/m Jenni fer&Carol ina		
Lilla Salen		Core Katri	Yoga Katri
Ci rkel gym			
Spi n			Spi n 55 Emelie
Uteträning			