

Måndag		Tisdag		Onsdag		Torsdag		Fredag		Lördag		Söndag	
									7.30 Cykelpass 45 min Stefan				
9.00 Pilates Malin		9.00 Yoga 60 min Malin		9.00 Cirkel-Fys Julia		9.00 MediYoga 60 min Malin		9.00 Body- Balance Kristina		9.10 BodyPump Maria el Kerstin			
				10.30 Zumba Gold Anette								10.00 Body- Balance Jenny	
										11.00 Yoga 75 min Malin		11.00 Zumba Gold Anette	
17.40 BodyPump Henrietta								17.00 Cirkel-Fys Julia					
	18.00 Cykelpass Johan el Erik	18.00 Sh´bam Fredrik		18.00 Aerobics o Lätt-Step Lollo									
18.45 Step Kent		18.45 CXWORX Skiftande Instruktörer		18.45 CXWORX Skiftande Instruktörer		18.45 BodyPump Jenny							
19.45 Kettlebell André		19.30 Body- Balance Marianne		19.20 Cirkel-Fys Julia	19.20 Cykelpass Linder el Ola	19.45 Kettlebell André							

Gäller 1 Maj-7 Juni För att ett pass skall genomföras krävs minst tre deltagare.



Ni gillar väl oss på Facebook?  
Sök på "Träningsstudio Nionde"

## Nionde 15 år 2018

**Under hela året kan du som tränar på Nionde bjuda med vänner på gratis passträning den NIONDE i månaden (Begränsat antal platser, först till kvarn gäller...)**