

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 MediYoga Malin				9.00 Body- Balance Kristina		9.10 BodyPump Skift Instr			
			10.15 Cykelpass 45 min Stefan	10.15 Zumba Gold Maria		10.00 Senior- Cirkel Julia				10.15 Sh'bam Kristina	10.15 Cykelpass 45 min Skift Instr	10.10 Body- Balance Jenny	
11.00 Senior- Cirkel Julia										11.10 Yoga 75 min Malin		11.10 FreePower Julia	
17.40 BodyPump Henrietta				17.00 BodyPump Kerstin		17.10 FreePower Julia		17.00 Cirkel-Fys Julia					
	18.00 Cykelpass Johan	18.00 Sh'bam Fredrik		18.10 Aerobics o Lätt-Step Lollo		18.00 Cxworx Skift Instr							
18.45 Step Kent		18.50 Cxworx Skift Instr			18.45 Cykelpass Thomas	18.40 BodyPump Jenny							
19.45 Kettlebell André		19.30 Body- Balance Marianne		19.30 Cirkel-Fys Kattis		19.45 Kettlebell André							

Gäller fr 12 mars. För att ett pass skall genomföras krävs minst tre deltagare.  
Håll koll på vår hemsida el FB för ändringar på schemat.



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