

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 Maria			
			10.15* Cykelpass 45 min Stefan			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			
17.40 BodyPump Henrietta				17.00 BodyPump Tinna		17.30 Zumba Maria		17.15 Cxorx Skift Instr					
	18.00 Cykelpass Johan/ Erik	18.00 Sh'bam Fredrik		18.15 Lätt- Aerobics Lollo									
18.45 Step Kent		18.50 Cxorx Skift Instr			18.45 Cykelpass Thomas/ Robban	18.40 BodyPump Jenny							
19.45 Kettlebell André		19.30 Body- Balance Marianne		19.15 Cirkel-Fys Lollo		19.45 Kettlebell André							

Schemat gäller fr o m 3 september

För att ett pass skall genomföras krävs minst tre deltagare.

*= Cykelpasset- tisdag, startar den 17 september

= SeniorCirkel-måndag,inställt den 23 september



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