

Måndag		Tisdag		Onsdag		Torsdag		Fredag		Lördag		Söndag	
									7.30 Cykelpass Stefan				
9.00 Pilates Malin		9.00 Yoga 60 min Malin	9.15* Cykelpass Stefan			9.00 MediYoga Malin		9.00 Body- Balance Kristina		9.10 BodyPump 45 min Maria			
10.30 Senior- Cirkel Malin						10.30 Senior- Cirkel Malin				10.05 Sh'bam Kristina	10.00 Cykelpass Start 2/10 Olika instr	10.00 Body- Balance Jenny	
										11.00 Yoga 75 min Malin			
17.30* Lätt- Aerobics Lollo				17.30 Cirkel-Fys Lollo									
	18.00 Cykelpass Erik el Anna	18.00 Sh'bam Fredrik				18.00 Cykelpass Robban							
18.30 BodyPump Henrietta		18.50 LM Core Lill el Henrietta		18.20 Step Helén		18.30 BodyPump	18.30 RPM Hanna						
19.45 Kettlebell André		19.30 HIIT 30 Hanna el Tinna		19.30 Body- Balance Marianne		19.45 Kettlebell André							

Schema fr o m 30 Augusti. Minimum 3 personer för att passen ska köras

* = Lätt-Aerobics startar 6 september

Cykelpass, tisdag startar 14 september



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

