

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 T o m 5/4			9.00 MediYoga Malin		9.00 Body- Balance Kristina		9.10 BodyPump 45 min Maria el Helén		9.40 LM Core Tinna	
10.30 Senior- Cirkel Malin						10.30 Senior- Cirkel Malin				10.05 Sh'bam Kristina	Cykel pass, lör Tillbaka i höst	10.15 Body- Balance Jenny	
										11.00 Yoga 75 min Malin			
17.30 Lätt- Aerobics Lollo				17.30 Cirkel-Fys Lollo									
	18.00 Cykelpass Erik el Elisabeth	18.00 Sh'bam Fredrik				17.50 BodyStep Jenny							
18.30 BodyPump 60 min Henrietta		18.50 LM Core Lill el Henrietta		18.20 Step 45 Helén	18.30 Cykelpass Robban	18.45 BodyPump 45 min Tinna el Jenny							
19.45 Kettlebell André		19.30 HIIT 30 Tinna		19.15 Body- Balance Marianne		19.45 Kettlebell André							

Schema fr o m 19 mars. Minimum 3 personer för att passen ska köras



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

