

GRUPPTRÄNINGSSCHEMA 2021 V.11

måndag	tisdag	onsdag	torsdag	fredag	lördag	söndag
07,30-08,00 KONDITIONS- TABATA Jenny	08,30-09,00 KONDITIONS- TABATA Charlotte	12,00-12,45 OUTDOOR BASIC Charlotte			09,30-10,00 TABATA + ONLINE Jenny	
12,00-12,45 OUTDOOR BASIC Charlotte	12,00-12,30 TABATA/GRID + ONLINE Jenny/Charlotte	12,00-12,30 MINIBAND FULLBODY!+ ONLINE Sofi	12,00-12,30 CORE + ONLINE Sofi	12,00-12,45 YOGA + ONLINE Sofi	10,15-10,45 JUMPING 30 Katja/Johanna	
12,00-12,30 FYS/STYRKA- PULS!+ONLINE Jenny					11,00-11,40 MAGE, RUMPA LÅR+ ONLINE Katja/Johanna	
17,20-18,00 SPINNING Jasmine	17,15-17,45 BASISBALL + ONLINE Katja	17,50-18,20 MAGE, RUMPA LÅR + ONLINE Johanna A	16,50-18,05 SPINNING/ PUMP Jasmine			
18,20-19,05 PUMP + ONLINE Jasmine	18,00-18,30 JUMPING 30 Katja	18,40-19,10 JUMPING 30 Johanna A	18,25-18,55 JUMPING 30 Charlotte			
19,25-20,10 COREBOLL + ONLINE Sofia	19,10-19,55 FYS/STYRKA PULS! + ONLINE Jenny	19,30-20,30 YINYOGA + ONLINE Carola	19,05-19,50 JUST DANCE + ONLINE Charlotte			18,00-18,30 KONDITIONS- TABATA Mikael

Avbokning ska ske senast 2 timmar innan passets start annars tillkommer en avgift på 40:-. Det finns ingen kö hantering.

Bokning av pass kan ske 1 vecka framåt i tiden. Du får boka 1 plats per pass.