

## GRUPPTRÄNINGSSCHEMA 2021

måndag	tisdag	onsdag	torsdag	fredag	lördag	söndag
	08,30-09,00 KONDITIONS- TABATA Charlotte					10,00-10,30 TABATA + ONLINE Sara
12,00-12,45 OUTDOOR BASIC Charlotte		12,00-12,45 OUTDOOR BASIC Charlotte			09,30-10,00 JUMPING 30 Katja/Johanna	
12,00-12,30 FYS/STYRKA- PULS-ONLINE Jenny		12,00-12,30 TABATA - ONLINE Jenny		12,00-12,30 YOGA STRETCH ONLINE Sofi	10,10-10,40 MRL- jämna v BASISBALL ojämna v+ ONLINE Katja/Johanna	
17,20-18,00 SPINNING Jasmine	17,30-18,00 BASISBALL +ONLINE Katja	17,50-18,20 MAGE, RUMPA LÅR + ONLINE Johanna A	17,30-18,15 SPINNING-jämnav PUMP-ojämna v Jasmine			
18,15-19,00 PUMP Jasmine	18,15-19,00 JUMPING 45 Katja	18,30-19,00 JUMPING 30 Johanna A	18,25-18,55 JUMPING 30 Charlotte			18,00-18,30 KONDITIONS- TABATA Mikael/ Anton/ Gustaf
19,15-20,30 YINYOGA + ONLINE Carola	19,15-20,05 BODYBOX Jessica	19,20-20,05 COREBOLL + ONLINE Sofia	19,05-19,40 STEP/ STYRKA Charlotte			

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