

Måndag -----	Tisdag	Onsdag	Torsdag -----	Freitag -----	Lördag -----	Söndag -----
10:15 - 10:45 Core Boll - virtuell 🐾	8:30 - 9:00 Gym cirkel Anna Modig	12:15 - 13:05 ATT - Stark & Hållbar! Andreas Bromée	9:45 - 10:15 Grid - virtuell 🐾	6:00 - 6:30 Konditionstabata Annika Järpmyr	9:30 - 10:00 Gym cirkel Sara Lagerstedt	16:00 - 17:00 Zone Johanna Askenb
12:00 - 12:45 CF Cirkel träning Sofi Pinnegård	9:05 - 9:35 Konditionstabata Anna Modig	17:30 - 18:00 Core Boll Sofia Kling	12:00 - 12:45 Crossgym Charlotte Eriksson	8:30 - 9:00 Spinning - virtuell 🐾	10:10 - 10:40 Jumping Angelica Olsson	18:00 - 19:00 Crossgym Peta Cook
12:00 - 12:45 Cirkel - Medel Charlotte Eriksson	9:45 - 10:15 Miniband- fullbody! - virtuell	18:00 - 19:00 Crossgym Andreas Bromée	12:00 - 12:30 Gym cirkel Anna Modig	12:00 - 12:45 Cirkel - Medel Charlotte Eriksson	10:10 - 10:40 Konditionstabata Sara Lagerstedt	
14:00 - 14:30 Gym cirkel Anna Modig	16:30 - 17:20 ATT - Stark & Hållbar! Andreas Bromée	18:10 - 18:40 Mage, Rumpa, Lår Johanna Askenbäck	12:35 - 13:05 Konditionstabata Anna Modig	17:00 - 18:00 Crossgym Robert Berglund		
16:30 - 17:20 ATT - Stark & Hållbar! Andreas Bromée	17:30 - 18:00 BasisBall Katja Jannesson	18:15 - 18:45 Konditionstabata Sofia Kling	17:00 - 17:25 HIIT Sofi Pinnegård, Andreas Bromée	17:00 - 18:00 Spinning/Styrka- jämn veck Jenny Fors		
17:00 - 17:30 Jumping Sabina Edebjär	17:30 - 18:00 CF Cirkel träning Andreas Bromée	18:50 - 19:35 Jumping Fusion Johanna Askenbäck	17:30 - 18:00 Pilates Mia Lilja			
17:40 - 18:25 Spinning Jasmine Marcusson	18:05 - 18:35 CF HIIT Andreas Bromée	19:15 - 20:05 ATT - Stark & Hållbar! Andreas Bromée	18:00 - 18:50 PT Form Charlotte Eriksson			
18:00 - 19:00 Crossgym Viktor Brattse	18:15 - 19:15 Jumping Katja Jannesson	19:15 - 20:00 CF Zone Sofi Pinnegård	18:05 - 18:35 Release Mia Lilja			
18:30 - 19:30 Zone Jasmine Marcusson	19:30 - 20:45 Yoga Sofi Pinnegård		18:40 - 19:05 Spinning Mia Lilja			
19:30 - 20:00 Konditionstabata Anna Modig			18:45 - 19:35 ATT - Stark & Hållbar! Andreas Bromée			
			19:00 - 20:00 Crossgym Charlotte Eriksson			
			19:15 - 19:40 Funktionell Styrka Mia Lilja			