

Träningschema VT 2024

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
18:00–19:00 Boxtabata Jenny	18:00–19:00 Core Sabrina	18:00–19:00 Afrodans Jasmina	18:00–19:00 Svettis Tina	15:30–16:30 Seniorsvettis Bella/Monica <i>Eklid</i>	9:00–10:00 Svettis/ DisCore Rullande	9:30–10:30 Tabata Rullande
19:00–20:00 Svettis/ DisCore Rullande	19:00–20:00 StepUp Agneta	19:00–20:00 HIIT/EFIT Hanna	19:15–20:30 Cirkel Anna	18:00–19:00 Fredagsfys Rullande		17:00–18:00 Zumba Elin
19:00–20:00 SomaMove Lejla <i>Banslätt</i>	20:00–21:00 Styrka med redskap Agneta	19:00–20:00 Kreativ dans Lisa <i>Banslätt</i>	19:00–20:00 StRöBa Sara <i>Parkhem</i>			18:00–19:00 Yoga Tina
	19:00–20:00 Zumba Camilla <i>Parkhem</i>					
	20:00–21:00 Yoga Cecilia <i>Banslätt</i>					

