

Träningschema HT 2024

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
18:00–19:00 HIIT Jessica/Hanna	18:00–19:00 BoxTabata Jenny S	18:00–19:00 Tabata Hanna	18:00–19:00 Svettis Tina	15:30–16:30 Senior- träning Bella/Cecelia Eklid	9:00–10:00 Svettis <i>Rullande</i>	9:30–10:30 Tabata <i>Rullande</i>
19:00–20:00 Svettis Elisabeth	19:00–20:00 StepUp Agneta	19:00–20:00 Svettis Sara	19:15–20:30 Cirkel Anna L	18:00–19:00 Fredagsfys Agneta		17:00–18:00 Zumba Elin
19:00–20:00 Yogaflow Jenny H Banslätt	20:00–21:00 Styrka med redskap Agneta	19:00–20:00 Kreativ dans Lisa Banslätt	19:00–20:00 StRöBa Sara Parkhem			
	19:00–20:00 Zumba Camilla Parkhem					

*samtliga pass i vit ruta hålls på Tullinge Gymnasium