

RULLANDE SCHEMAN

FREDAGAR:

18:15-19:15 Fredagsfys

LÖRDAGAR:

9.00-10.00 Svettis

SÖNDAGAR:

9.30-10.30 Tabata



Fredagsfys 18.15-19.15

Datum	Pass	Instruktör
28/8	Tabata	Jenny S
4/9	StepTabata	Agneta
11/09	Cirkel	Hanna B
18/9	Tabata	Jenny S
25/9	StepTabata	Agneta
2/10	Cirkel	Hanna B
9/10	Tabata	Jenny S
16/10	StepTabata	Agneta
23/10	Cirkel	Hanna B
30/10	<i>Allhelgona</i>	<i>Ingen träning</i>
6/11	StepTabata	Agneta
13/11	Cirkel	Hanna B
20/11	Tabata	Jenny S
27/11	StepTabata	Agneta
4/12	Cirkel	Hanna B
11/12	Tabata med jultema	Jenny S

Lördagssvettis 9.00-10.00

Datum	Instruktör
29/8	Sara
5/9	Agneta
12/9	Hanna
19/9	Sara
26/9	Agneta
3/10	Sara
10/10	Hanna
17/10	Agneta
24/10	Sara
31/10	<i>Allhelgona - ingen träning</i>
7/11	Agneta
14/11	Inget pass - Inspirationsdag instruktörer
21/11	Sara
28/11	Agneta
5/12	Hanna
12/12	Sara

Söndagstabata 9.30-10.30

Datum	Instruktör
30/8	Hanna HT
6/9	Agneta
13/9	Jessica
20/9	Jenny S
27/9	Agneta
4/10	Hanna B
11/10	Hanna HT
18/10	Jessica
25/10	Jenny S
1/11	<i>Allhelgona - ingen träning</i>
8/11	Hanna B
15/11	Hanna HT
22/11	Jessica
29/11	Agneta
6/12	Jenny S
13/12	Hanna B