Sommarschema 2018

25/6 - 26/8 vecka 26-34

Med reservation för ändringar

Friskis&Svettis Halmstad

Friskis&Svettis GYM - ÖPPETTIDER

MÅNDAG	TISDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG	LÖRDAG	SÖNDAG
06.00-21.00	06.00-21.00	06.00-21.00	06.00-21.00	06.00-19.30	08.30-14.00	13.00-20.00

Friskis&Svettis träningspass B = bokning

MÅNDAG	TISDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG	LÖRDAG	SÖNDAG
09.00 **B** **Spinning** 2/7-23/7	**08.30** **B** **Indoorwalking 40**	**06.30** **B** **Spin distans 40**	**08.30** **B** **Indoorwalking 40**	**06.30** **B** **Spin distans 40**	**09.00** **B** **Spinning**	
10.00 **Jympa** Sal Himmel			**09.00** **B** **Spinning** 5/7-9/8	**09.00** **B** **Yoga** Himmel	**09.30** **Jympa** Sal Himmel	**18.00** **B** **Cirkelgym** Gym
17.30 **B** **Spinning**		**17.30** **B** **Spinning** 15/8 och 22/8	**09.30** **Jympa** Sal Himmel		**10.00** **B** **Långpass löpning** 30/6, 7/7, 21/7, 4/8 18/8	**18.00** **Jympa bas** Sal Himmel
17.30 **B** **Kvalitetspass löpning** Utomhus	**17.30** **B** **Cirkelfys** Hav	**17.30** **B** **Yoga** Himmel				**18.00** **B** **IndoorWalking**
17.30 **B** **Cirkelfys** Hav	**18.00** **B** **Spinning**	**18.00** **B** **IW/Cirkelgym**	**17.00** **B** **Spinning**			
18.00 **B** **Indoorwalking**		**18.30** **Jympa/Step explode** Sal Himmel	**18.00** **B** **Skivstång** Hav	**B** = bokning Spinningcyklar 33 platser Indoorwalkers 25 platser Cirkelgym 20 platser Core 30 platser Skivstång 42 platser Cirkelfys 40 platser Kan bokas 1 vecka i förväg, checka in senast 10 min innan utsatt pass. **Tillgänglig tränare finns i gymmet:** Måndag kl. 17.00 - 19.00 Onsdag kl. 17.00 - 19.00 Torsdag kl. 17.00 - 19.00		
18.30 **Jympa** Sal Himmel						
18.30 **Core** Sal Hav v.26-28 v.31-34			**18.30** **Uteträning** Norre Katts park v.27-31			
17.00-19.00 **Tillgänglig tränare** **Gym**		**17.00-19.00** **Tillgänglig tränare** **Gym**	**17.00-19.00** **Tillgänglig tränare** **Gym**			

Slottsmöllan

www.friskissvettis.se/halmstad tfn: 035-10 18 17