



# VÄRNAMO hösten 2019

MÅN/MON	TIS/TUE	ONS/WED	TOR/THU	FRE/FRI	LÖR/SAT	SÖN/SUN
10.00 Jympa soft Jennie H	16.30 Modus soft Therese F	06.30 Spin intervall 40 Stina L	10.00 Core soft Carina L	06.30 Jympa 40 Emma S	10.00 Familjejympa 45 Therese F	17.00 Familjeyoga 45 Anna R
11.45 Jympa 40 Jennie H	17.00 Spin intervall Lydia S	10.00 Yoga soft Anna R	17.00 Plaza cross Rebecka W	10.00 Plaza soft Carina L	10.15 Yoga Rullande	17.15 Core Jenny S
17.00 Core Carina L	17.30 Skivstång Monica A	11.45 Power hour Isabell A	17.15 Familjefys Martina W	17.00 Fredagsfys Rullande	10.30 Spin Rullande	18.00 Yoga energy 75 Malin E
17.15 Spin intervall watt Stina L	17.30 Plaza cross* Elin P	16.30 Plaza cross Malin Ö	17.15 Spin distans Isabell A	17.00 Yoga Anna-Maria V	11.00 Lördagsmix Rullande	18.15 SkivstångSpin Int 75 Lotta SS
18.00 Dans fusion Emy K	18.15 Spin spurt Lotta SS	17.00 Jympa Jennie H	18.15 HIT Rebecka W			19.00 HIT* Elin P
18.30 Spin spurt Lotta SS	18.30 Power hour/Core Frida P/Jenny S	17.30 Spin distans Lydia S	18.15 Spin giro** Johan T			
18.30 Yoga Anna-Maria V	19.00 Yoga Laila N	17.30 Yoga Laila N	18.30 Yoga energy Malin E			
19.00 Cirkelfys Frida P	19.30 Jympa Emma S	18.00 SkivstångIntervall 70 Linda O	19.15 Skivstång Monica A			
19.15 Rodd 35 Jennie F		18.30 Spin intervall watt Lotta SS				
20.00 Power hour 35 Jennie F		19.15 Modus Frida P/Jenny S				

\* Körs tom v42

\*\* Spin Giro vecka 43-14

Alla våra pass är 55 min om inte annat anges.

### BOKA PASS

En plats kan bokas från 6 dagar i förväg och fram till 60 min innan passet.

En bokad plats hämtas tidigast 2 timmar innan, och senast 5 min innan passet. Det betyder att du som bokat två pass i rad kan hämta ut biljetterna till båda passen samtidigt. Du kan som mest ha 7 samtidiga bokningar.

### AVBOKA PASS

Behöver du avboka din plats? Gör det via hemsidan eller appen senast 1 timme innan passet börjar. En icke avbokad plats resulterar i en varning. Efter 3 varningar spärras ditt kort och kan aktiveras igen för 100kr.

Även för dig med gymkort.

