Sommar 2020

Datum	Tid	Pass	Ledare	Sal
Måndag 1/6	18.00	Skivstång/intervall	Lina	Stora salen
	18.00	Spin soft	Helene K	Spin salen
Tisdag 2/6	18:00	Bas/puls	Lise	Stora salen
	18:00	Utegymmet	Krister	Kronoskogen
Onsdag 3/6	18:00	Cross	Henry	F&S/Ute
	18:00	Spin 60	Lina O	Spin salen
Torsdag 4/6	18:00	Skivstång	Anna	Stora salen
	18:00	Spin 45	Lina D	Spin salen
Fredag 5/6	17:00	Toughest	Henry	F&S/Ute
Måndag 8/6	17:15	Skivstång/intervall	Lina	Lilla salen
	18:00	Spin Soft	Helene B	Spin salen
	18:00	Intervall/flex	Emma	Stora salen
Tisdag 9/6	18:00	Modus	Annika	Stora salen
	18:00	Utegymmet	Krister	Kronoskogen
Onsdag 10/6	18:00	Cross	Henry	F&S/Ute
	18:00	Spin 60	Ulf	Spin salen
Torsdag 11/6	18:00	Skivstång	Ida	Stora salen
	18:00	Spin 45	Lina D	Stora salen
Fredag 12/6	17:00	Toughest	Henry	F&S/Ute
Måndag 15/6	17:15	Skivstång/intervall	Lina	Lilla salen
	18:00	Modus	Anna	Stora salen
	18:00	Spin Soft	Helene K	Spin salen
Tisdag 16/6	18:00	Bas/puls	Lise	Stora salen
	18:00	Utegymmet	Krister	Kronoskogen
Onsdag 17/6	18:00	Cross	Henry	F&S/Ute
	18:00	Spin 60	Ulf	Spin salen
Torsdag 18/6	18:00	Spin 45	Lina D	Spin salen
Måndag 22/6	18:00	Skivstång/intervall	Lina	Stora salen
	18:00	Spin Soft	Helene B	Spin salen
Tisdag 23/6	18:00	Jympa Soft	Katrin	Stora salen
	18:00	Utegymmet	Krister	Kronoskogen
Onsdag 24/6	18:00	Cross	Henry	F&S/Ute
	18:00	Spin 60	Lina O	Spin salen
Torsdag 25/6	18:00	Modus	Annika	Stora salen
	18:00	Spin 45	Lina D	Spin salen
Fredag 26/6	17:00	Toughest	Henry	F&S/ute
Måndag 29/6	18:00	Skivstång/intervall	Lina	Stora salen
	18:00	Spin 60	Ulf	Spin salen
Tisdag 30/6	18:00	Utegymmet	Krister	Kronoskogen

Sommar 2020

Datum	Tid	Pass	Ledare	Sal
Onsdag 1/7	18:30	Cross	Henry	F&S/Ute
Torsdag 2/7	18:00	Spin 45	Lina D	Spin salen
Måndag 6/7	18:00	Intervall/flex	Emma	Stora salen
	18:00	Spinn 45	Lina D	Spin salen
Måndag 13/7	18:00	Skivstång	Anna	Stora salen
	18:00	Spin 60	Ulf	Spin salen
Måndag 20/7	18:00	Spin 60	Lina O	Spin salen
Måndag 27/7	18:00	Spin 55	Helené B	Spin salen
Tisdag 4/8	18:00	Modus	Annika	Stora salen
	18:00	Spin Soft	Helené K	Spin salen

Vecka 23 till 26 och vecka 33 har kansliet öppet måndag till fredag 8.00-12.00.
Receptionen öppnar 30 minuter före pass.
Våra övriga öppettider hittar du på www.friskissvettis.se/ljungby

Med tagg kan du träna i gymmet måndag-torsdag kl. 05.00-24.00,
fredag-lördag kl. 05.00-20.00, söndag kl. 05.00-24.00.
För dig med gymdagkort gäller måndag-söndag kl. 05.00-15.00.

Höstterminen startar 17 augusti!

Friskis&Svettis, Långgatan 16, 341 32 Ljungby, Tele: 0372-814 56, swish 123 555 7327