

Sommar 2019

Vecka 26–32

Öppettider

Måndag	09:00–13:00 & 18:00–20:00
Tisdag	09:00–13:00
Onsdag	09:00–13:00 & 18:00–20:00
Torsdag	09:00–13:00 & 18:00–20:00
Fredag	09:00–13:00
Lördag	Stängt
Söndag	Stängt

Nyckelgym

05:00–23:00

Gruppträning

Vecka 26

Mån	10:00	Jympa soft
● Mån	18:30	Power hour
● Mån	18:30	Spinning
Ons	18:30	Dans fusion
● Tors	18:30	Cirkelgym
Tors	18:30	Yoga

Vecka 29

Mån	10:00	Core soft
● Mån	18:30	Sommarträning
● Mån	18:30	Spinning
● Ons	18:30	Fyspass
● Tors	18:30	Cirkelgym

Vecka 31

Mån	10:00	Jympa soft
Mån	18:30	Dans fusion
● Mån	18:30	Spinning
● Ons	18:30	Riggen
● Tors	18:30	Cirkelgym
Tors	18:30	Yoga energy

Vecka 27

Mån	10:00	Jympa soft
● Mån	18:30	Jympa medel
● Mån	18:30	Spinning
● Ons	18:30	Fyspass
● Tors	18:30	Cirkelgym

Vecka 30

● Mån	10:00	Cirkelgym soft
● Mån	18:30	Step explode
● Mån	18:30	Spinning
● Ons	18:30	Jympa bas
● Tors	18:30	Cirkelgym

Vecka 32

● Mån	14:00	Cirkelgym soft
Mån	18:30	Dans crescendo
● Mån	18:30	Spinning
● Ons	18:30	SkivstångIntervall
● Tors	18:30	Power hour

Vecka 28

● Mån	10:00	Cirkelgym soft
● Mån	18:30	Jympa medel
Mån	18:30	Spinning
● Ons	18:30	Cirkelfys
● Tors	18:30	Cirkelgym

● Parkträning (Gräsplanen utanför Friskis&Svettis).

● Platsbegränsat pass, boka plats via app eller hemsida.

Vi reserverar oss för ändringar.

För aktuell information, se vår app eller hemsida.

LOVE THE WAY YOU ENJOY SUMMER!

