

TRÄNINGSSCHEMA

Våren 2022 i Båstad

10 januari – 5 juni

Måndag

06:00 Cirkelgym 40
 09:30 Multifys Soft
 12:00 Multifys 45 (*ute Entré*)
 17:00 Familjefys
 17:30 IW Spurt
 18:00 Spin Puls Intervall
 18:00 Jympa

Tisdag

06:00 Spin 40
 09:30 CoreFlex Soft
 17:30 Jympa Station
 17:30 IW Distans
 18:00 Spin Puls Distans
 18:30 Jympa (*Förslöv*)
 19:00 Cirkelgym
 19:00 Box 75

Onsdag

06:00 Multifys 45
 09:30 Jympa Soft
 17:00 CoreFlex
 17:00 Jympa (*ute Entré*)
 17:30 Cirkelgym HIT
 17:30 Spin Intervall
 18:00 Power Hour
 18:30 IW Intervall
 18:30 Jympa
 (*Västra Karup*)
 19:00 Skivstång

Torsdag

06:00 Spin 40
 09:30 Skivstång Soft
 12:00 Multifys 45 (*ute Entré*)
 17:00 Yoga
 18:00 Cirkelgym
 18:00 IW Distans
 18:15 Jympa
 18:00 Multifys (*Grevie Multiarena*)

Fredag

06:00 Cirkelgym 40
 09:30 Spin Soft
 09:30 Cirkelgym Soft
 17:00 Multifys/Box/Cirkelfys
 17:15 Spin Distans

Lördag

09:15 IW
 09:15 Cirkelgym/Cirkelfys
 10:00 Jympa (*Ängen*)
 10:00 Multifys / Jympa
 (*Västra Karup*)

Söndag

16:30 Jympa
 17:00 Spin Distans

Friskis&Svettis / Entré Båstad

E-post: reception@bastad.friskissvettis.se

Hemsida: friskissvettis.se/bastad

Facebook: [@friskissvettisbastad](https://www.facebook.com/friskissvettisbastad)

Adress: Stenhusvägen 11 A

Telefon: 0431- 65 01 65



BÅSTAD

Alla passen är 55 minuter långa om ej annat anges.

Vi reserverar oss för schemaändringar.

Delar av anläggningen låses då receptionen stänger.