



FRISKIS&SVETTIS KUNGÄLV/ALE

Rollsbo, Kungälv City, Älvängen

NYHET 2022

MULTIFYS – MULTIFYS SOFT

Måndag

18.00 Hanna J & Karolina L

Tisdag

19.00 Andrej Å & Linda J

Onsdag

19.00 Daniel M

Torsdag

18.30 Kicki A & Lisbeth J

YOGA & COREFLEX

Tisdag

19.00 Yoga Lotta M

Onsdag

17.45 Yoga soft Caroline N

18.45 Coreflex Kristin Z

Torsdag

07.00 City Yoga Karin A

18.15 Coreflex soft Louise N

Söndag

17.00 Yoga Maria H

18.30 Ale Yoga Karin A

CIRKELFYS & HIT

Måndag

17.00 HIT Tobias L

Torsdag

16.30 Cirkelfys soft Caroline G

Fredag

10.00 Cirkelfys Tobias L

16.45 HIT 35 Linda J

Söndag

18.00 Cirkelfys Linda J & Andrej Å

PLAZA

Tisdag

17.30 City Daniel J

SENIORKLUBBEN

Måndag

11.45 Stolfys

Gerd K, Gun I, Ella-Stina W

Tisdag

10.00 Stavgång

P-O, Rickard R

Onsdag

11.30-13.00 Senioregym

Fredag

11.45 Cirkel

Eva E, Siv B, Gunilla B

SPIN

Måndag

06.00 Puls Patrik G

07.15 Puls Patrik G

16.30 Soft Rolf C

19.40 Reine W

Tisdag

09.00 Soft Stig S

17.00 Puls Patrik N

18.15 Annett A

Onsdag

19.15 Puls Owe O

Torsdag

10.00 Soft Stig S

17.00 Puls Patrik N

18.20 Kombi SkivstångSpin

Annett A

Fredag

06.00 Puls Patrik G

07.15 Puls Patrik G

09.00 Soft Rolf C

17.15 Rullande

Lördag

09.15 Torgny E

Söndag

18.00 Sara E

19.15 Giro Martin E & Mia E

JYMPA

Måndag

10.00 Soft Marie O

16.00 Enkeljympa Anneli W

19.00 Linda D/Johan R

Tisdag

10.00 Soft Anneli W

18.15 Ingegärd C

Onsdag

10.00 Soft Anneli W

17.00 Julia I

18.00 Pernilla F & Ann L

Torsdag

09.30 Johan R

17.10 Ariane H

19.00 Ale Karin W & Marianne A

Fredag

09.45 Soft Marita R

16.15 Ingegärd C

17.30 Intensiv Mia E & Martin E

Lördag

10.30 Linda D

Söndag

11.00 Johan R

17.00 Susanne L

19.00 Julia I

SKIVSTÅNG

Måndag

18.45 Annett A/Anna-Mia E

Tisdag

18.00 Soft Kicki A

Onsdag

18.00 Agneta A

Torsdag

18.20 Kombi SkivstångSpin

Anna-Mia E/Anna N

Söndag

17.30 Intervall Jonas S

BARNTRÄNING

Måndag

17.00 Familjefys Ariane H

Tisdag

17.15 Juniorfys Johan R

Torsdag

17.15 Knatte Johan R

17.30 Familjefys Jannie J & Karolina L

Lördag

09.30 Familjejympa Moa K/Sara N

Söndag

09.30 Ale Familjejympa Ariane H

10.30 Ale Familjefys Ariane H

INDOOR WALKING (IW)

Måndag

17.30 Soft Carina B/Lotta J

18.30 Intervall Christian R

Tisdag

12.00 Intervall Pia M

19.15 Soft Lisbeth J

Onsdag

09.00 Soft Carina B

Torsdag

18.15 Distans Christian R

Lördag

10.30 Soft Caroline L

Söndag

15.00 Distans Pia M

16.15 Intervall Pia M

CIRKELGYM

Måndag

09.30 Annika Ji

17.30 Ola M

19.00 City Jonas S

Tisdag

17.30 Soft Kristina J

Onsdag

18.00 Owe O

Torsdag

11.00 Ola M

17.30 City Annika Ja

18.45 Owe O

Fredag

17.00 City Rullande

17.30 Soft Kristina J

Söndag

17.00 Cecilia B

RODD

Måndag

18.00 Ariane H

Tisdag

09.30 Marie O

Torsdag

09.00 Soft Carina B

TEMPASS Tillfälligt på besök

Tisdag

19.00 Ale-Fys Karin W & Marianne A

Lördag

08.25 Morgonfys Kicki A & Lisbeth J

OBS!

Pass kan tillkomma eller plockas bort. För att se aktuellt schema se vår app.

Uppdaterat
13/1

DANS & STEP

Måndag

17.35 Dans fusion Therese E

Tisdag

17.15 Dans fusion Maja H

Onsdag

11.00 Dans soft Marie O

19.00 Step Maria Li

Torsdag

19.10 Dans fusion Sara E

Fredag

10.45 Dans soft Johan R