

Vecka 33

Vecka 34

Vecka 35

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
14/8 Indoor walking Play 6:15-7:15 Plaza soft 9:45-10:45 Carina Jympa soft 10-11 Karin Spin 12-13 Katarina S Indoor walking soft 16:30-17:30 Amanda Skivstång 17-18 Ebba Spin 17:15-18:15 Susanne CirkelgymSpin 17:30-19 Cissi TRX 17:30-18:45 Christer Multifys 18-19 Catrine Spin 45 18:15-19 Cissi UteJympa 18:30-19:30 Victoria F Jympa 19-20 Anneli W Plaza Styrka 19-20 Viktoria R Indoor walking Grand Prix 19-20 Leif S Yoga soft 19:15-20:15 Annelie G	15/8 Multifys soft 10-11 Britta Skivstång 16:30-17:30 Terese Indoor walking 16:30-17:30 Maj Spin intervall 17-18 Katarina S Jympa 17:30-18:30 Anton Indoor walking spurt 17:45-18:45 Lena Spin 18-19 Ulrika L Löpning soft 18-19 Jeanette & Göran Löpning distans 18-19:15 Anneli Ö Cirkelgym 18:15-19:15 Tina Yoga 18:15-19:15 Shirley Skivstång intervall 18:30-19:30 Pernilla CoreFlex soft 19-20 Susanne	16/8 MorgonYoga 7:30-8:30 Shirley Jympa soft 9-10 Annsan Multifys soft 10-11 Britta Skivstång intervall 17-18 Erik Spin 18-19 Jörgen Indoor walking 18-19 Lina B Jympa 18-19 Susanne Plaza Styrka 18:30-19:30 Lina S UteJympa 18:30-19:30 Emilia Cirkelgym 19-20 Robert	17/8 Jympa 8-9 Maggan Jympa soft 10-11 Karin Gästpass: Zumba Fitness 17:30-18:30 Lotta Plaza Cross 17:45-18:45 Carina Spin 17:45-18:45 Linda R CirkelgymIW soft 18:15-19:45 Gunnar Skivstång Play 18:30-19:30 Yoga Energy 18:45-20 Elisabeth K	18/8 Skivstång Play 7:30-8:30 Dans soft 9-10 Maggan Cirkelgym soft 9:15-10:15 Gunnar Jympa soft 10-11 Britta Indoor walking 12-13 Kajsa Dans Fusion 16:30-17:30 Marie M Indoor walking 16:45-17:45 Amanda Jympa 17-18 Susanne Spin Grand Prix 17:15-18:15 Hanne Skivstång 17:30-18:30 Helena	19/8 Skivstång 9-10 Hanne Yoga 9-10 Annelie G Indoor walking Play 9:30-10:30 Spin Play 9:45-10:45 Jympa 10-11 Katarina N Dans Fusion Flow 10-11 Hanne	20/8 Skivstång Play 9:30-10:30 Löpning distans 10-11:30 Michael & Hilda Jympa soft 11-12 Lina B Spin soft 16:15-17:15 Sophia L Yoga 17:30-18:30 Sophia L Jympa 17:30-18:30 Annsan
21/8 Indoor walking Play 6:15-7:15 Plaza soft 9:45-10:45 Carina Jympa soft 10-11 Karin Spin 12-13 Katarina S Indoor walking 16:30-17:30 Maj Skivstång 17-18 Ebba Spin 17:15-18:15 Linda R CirkelgymIW soft 17:30-19 Gunnar TRX 17:30-18:45 Christer Multifys 18-19 Catrine UteJympa 18:30-19:30 Anneli W Jympa 19-20 Maggan Plaza Styrka 19-20 Viktoria R Indoor walking Grand Prix 19-20 Leif S Yoga soft 19:15-20:15 Annelie G	22/8 Multifys soft 10-11 Britta Skivstång intervall 16:30-17:30 Pernilla Indoor walking 17:15-18:15 Kajsa Spin intervall 17-18 Helena Jympa 17:30-18:30 Emilia Spin 18-19 Ulrika L Löpning soft 18-19 Gunnar & Michael Löpning distans 18-19:15 Anneli Cirkelgym HIT 18:15-19:15 Maj Yoga 18:15-19:15 Leif E Skivstång 18:30-19:30 Terese Indoor walking spurt 18:30-19:30 Tina CoreFlex soft 19-20 Ulrika M	23/8 MorgonYoga 7:30-8:30 Shirley Jympa soft 9-10 Annsan Multifys soft 10-11 Britta Skivstång intervall 17-18 Erik Spin soft 17:30-18:30 Axel Cirkelgym Intro 17:30-18:45 Robert Indoor walking 18-19 Leif S Jympa 18-19 Anton Plaza Styrka 18:30-19:30 Lina S UteJympa 18:30-19:30 Victoria F Cirkelgym 19-20 Robert	24/8 Jympa 8-9 Maggan Jympa soft 10-11 Karin Skivstång 12-13 Ebba Jympa 17-18 Caroline Gästpass: Zumba Fitness 17:30-18:30 Lotta Indoor walking Play 17:30-18:30 Plaza Cross 17:45-18:45 Carina Spin intervall 17:45-18:45 Marie R CirkelgymIW 18:15-19:45 Tina Skivstång 18:30-19:30 Helena Yoga Energy 18:45-20 Elisabeth K	25/8 Skivstång Play 7:30-8:30 Dans soft 9-10 Maggan Cirkelgym soft 9:15-10:15 Gunnar Jympa soft 10-11 Britta Indoor walking 12-13 Kajsa Dans Fusion 16:30-17:30 Marie M Indoor walking 16:45-17:45 Maj Jympa 17-18 Susanne Spin Grand Prix 17:15-18:15 Hanne Skivstång 17:30-18:30 Helena	26/8 Skivstång 9-10 Hanne Yoga 9-10 Annelie G Indoor walking 9:30-10:30 Amanda Spin 9:45-10:45 Maj Jympa 10-11 Katarina N Dans Fusion Flow 10-11 Hanne	27/8 Skivstång 9:30-10:30 Pia Löpning distans 10-11:30 Michael & Gunnar Jympa soft 11-12 Lina B Spin soft 16:15-17:15 Sophia L Yoga 17:30-18:30 Sophia L Dans Explode 17-18 Linda T Indoor walking soft 17-18 Tina Jympa 17:30-18:30 Annsan
28/8 Indoor walking Play 6:15-7:15 Plaza soft 9:45-10:45 Carina Jympa soft 10-11 Karin Spin 12-13 Pia Indoor walking 16:30-17:30 Maj Skivstång 17-18 Ebba Spin 17:15-18:15 Susanne CirkelgymIW soft 17:30-19 Gunnar TRX 17:30-18:45 Christer Multifys 18-19 Catrine Gästpass: Kettlebells Intro 18:15-19:30 Magnus UteJympa 18:30-19:30 Helena Jympa 19-20 Maggan Plaza Styrka 19-20 Viktoria R Indoor walking 19-20 Amanda Yoga soft 19:15-20:15 Annelie G	29/8 Multifys soft 10-11 Britta Spin 12-13 Linda R Skivstång intervall 16:30-17:30 Pernilla Spin intervall 17-18 Katarina S Indoor walking 17:15-18:15 Kajsa Jympa 17:30-18:30 Emilia Spin 18-19 Ulrika L Löpning soft 18-19 Jeanette & Göran Löpning distans 18-19:15 Anneli Ö Cirkelgym HIT 18:15-19:15 Maj Yoga 18:15-19:15 Leif E Skivstång 18:30-19:30 Helena Indoor walking spurt 18:30-19:30 Tina CoreFlex soft 19-20 Ulrika M	30/8 MorgonYoga 7:30-8:30 Shirley Jympa soft 9-10 Annsan Multifys soft 10-11 Britta Skivstång intervall 17-18 Erik Spin soft 17:30-18:30 Axel Cirkelgym Intro 17:30-18:45 Robert Indoor walking 18-19 Leif S Jympa 18-19 Anton Plaza Styrka 18:30-19:30 Lina S UteJympa 18:30-19:30 Victoria F Cirkelgym 19-20 Robert	31/8 Jympa 8-9 Maggan Jympa soft 10-11 Karin Jympa 17-18 Caroline Gästpass: Kettlebells Intro 17-18:15 Magnus Gästpass: Zumba Fitness 17:30-18:30 Lotta Indoor walking 17:30-18:30 Lina B Plaza Cross 17:45-18:45 Carina Spin 17:45-18:45 Anneli W CirkelgymIW soft 18:15-19:45 Gunnar Skivstång 18:30-19:30 Pia Yoga Energy 18:45-20 Elisabeth K			

Vi behåller
våra vanliga
öppettider:

KABELGATAN
Måndag - Torsdag 06:00 - 21:30
Fredag 06:00 - 21:00
Lördag - Söndag 08:00 - 21:00

INNERSTAN
Måndag - Söndag 04:30 - 23:30*

*obemannat nyckelgym



Sommarschema

1 juni - 31 augusti 2023

www.friskisvettis.se/kungsbacka

GRÖNA PASS = UTMHUS!

Utejympan håller till på Kungsgärde, 18.30 måndagar och onsdagar hela sommaren.

REVIDERAT 2023-05-24

Vecka 22

Vecka 23

Vecka 24

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
29/5 Indoor walking Play 6:15-7:15 CoreFlex soft 8:30-9:30 Kerstin Plaza soft 9:45-10:45 Carina Spin 12-13 Katarina S Indoor walking soft 16:30-17:30 Gunnar Skivstång 17-18 Hanne Spin 17:15-18:15 Linda R CirkelgymSpin 17:30-19 Cissi TRX 17:30-18:45 Christer Power Hour soft 18-19 Catrine Spin 45 18:15-19 Cissi Sommarpremiär Ute 18:30-19:30 Marie M & Anna N Plaza Styrka 19-20 Viktoria R Indoor walking 19-20 Amanda Yoga soft 19:15-20:15 Annelie G	30/5 Skivstång 16:30-17:30 Pia Spin intervall 17-18 Thomas Indoor walking soft 17:15-18:15 Tina Jympa 17:30-18:30 Emilia Spin 18-19 Anneli W Skivstång 17-18 Helena Plaza Styrka 18:30-19:30 Lina S UteJympa 18:30-19:30 Victoria F Cirkelgym 18:15-19:15 Tina Skivstång 18:30-19:30 Terese Indoor walking intervall 18:30-19:30 Maj	31/5 Multifys soft 10-11 Britta Spin 12-13 Marie R Skivstång intervall 17-18 Erik Spin soft 17:30-18:30 Axel Indoor walking 18-19 Lina B Jympa 18-19 Helena Plaza Styrka 18:30-19:30 Lina S Dans Explode 19-20 Linda T Cirkelgym HIT 19-20 Maj Gästpass: Kettlebells 19:15-20:15 Magnus	1/6 Jympa 8-9 Maggan Jympa soft 10-11 Karin Skivstång Licensiering 16:30-17:30 Ebba Multifys Skivstång 17-18 Elisabet D Gästpass: Zumba Fitness 17:30-18:30 Lotta Indoor walking Play 17:30-18:30 Plaza Cross 17:45-18:45 Carina Spin 17:45-18:45 Linda R CirkelgymIW soft 18:15-19:45 Gunnar Jympa 18:30-19:30 Caroline Yoga Energy 18:45-20 Elisabeth K	2/6 Skivstång 7:30-8:30 Helena Dans soft 9-10 Maggan Cirkelgym soft 9:15-10:15 Gunnar Indoor walking 12-13 Kajsa Dans Fusion 16:30-17:30 Marie M Indoor walking 16:45-17:45 Maj Spin Grand Prix 17:15-18:15 Hanne	3/6 Jympa 9-10 Katarina N Yoga 9-10 Annelie G Indoor walking Play 9:30-10:30 Spin 9:45-10:45 Maj Skivstång 10-11 Hanne Dans Fusion Flow 11-12 Hanne	4/6 Löpning distans 10-11:30 Michael & Hilda Jympa Licensiering 11-12 Anton Spin soft 16:30-17:30 Sophia L Step Explode 16:30-17:30 Sofia W Multifys Skivstång 17-18 Elisabet D
5/6 Indoor walking Play 6:15-7:15 CoreFlex soft 8:30-9:30 Kerstin Plaza soft 9:45-10:45 Carina Spin 12-13 Katarina S Indoor walking soft 16:30-17:30 Gunnar Skivstång 17-18 Hanne Spin 17:15-18:15 Linda R CirkelgymSpin 17:30-19 Cissi TRX 17:30-18:45 Christer Power Hour soft 18-19 Catrine Spin 45 18:15-19 Cissi Sommarpremiär Ute 18:30-19:30 Marie M & Anna N Plaza Styrka 19-20 Viktoria R Indoor walking 19-20 Amanda Yoga soft 19:15-20:15 Annelie G	6/6 Skivstång 16:30-17:30 Pia Spin intervall 17-18 Thomas Indoor walking soft 17:15-18:15 Tina Jympa 17:30-18:30 Emilia Spin 18-19 Anneli W Skivstång 17-18 Helena Plaza Styrka 18:30-19:30 Lina S UteJympa 18:30-19:30 Victoria F Cirkelgym 18:15-19:15 Tina Skivstång 18:30-19:30 Terese Indoor walking intervall 18:30-19:30 Maj	7/6 Multifys soft 10-11 Britta Spin 12-13 Marie R Skivstång intervall 17-18 Erik Spin soft 17:30-18:30 Axel Indoor walking 18-19 Lina B Jympa 18-19 Helena Plaza Styrka 18:30-19:30 Lina S UteJympa 18:30-19:30 Victoria F Cirkelgym 18:15-19:15 Tina Skivstång 18:30-19:30 Terese Indoor walking intervall 18:30-19:30 Maj	8/6 Jympa soft 10-11 Karin Spin 12-13 Helena Skivstång intervall 16:30-17:30 Pernilla Multifys Skivstång 17-18 Elisabet D Gästpass: Zumba Fitness 17:30-17:30 Lotta Indoor walking 17:30-18:30 Tina Plaza Cross 17:45-18:45 Carina Spin 17:45-18:45 Anneli W CirkelgymIW soft 18:15-19:45 Gunnar Yoga Energy 18:45-20 Elisabeth K	9/6 Skivstång 7:30-8:30 Helena Cirkelgym soft 8:45-9:45 Britta Jympa soft 10-11 Britta Jympa soft 12-13 Karin Dans Fusion 16:30-17:30 Marie M Indoor walking 16:45-17:45 Maj Jympa 17:30-18:30 Susanne Spin Grand Prix 17:15-18:15 Hanne	10/6 Jympa 9-10 Katarina N Yoga 9-10 Annelie G Indoor walking 9:30-10:30 Amanda Spin 9:45-10:45 Maj Skivstång 10-11 Hanne Dans Explode 11-12 Linda T	11/6 Skivstång 9:30-10:30 Pia Löpning distans 10-11:30 Michael & Hilda Spin soft 16:30-17:30 Sophia L Step Explode 16:30-17:30 Sofia W Multifys Skivstång 17-18 Elisabet D
12/6 Indoor walking Play 6:15-7:15 CoreFlex soft 8:30-9:30 Kerstin Plaza soft 9:45-10:45 Carina Spin 12-13 Katarina S Indoor walking 16:30-17:30 Lina B Skivstång 17-18 Hanne Spin 17:15-18:15 Susanne CirkelgymSpin 17:30-19 Cissi TRX 17:30-18:45 Christer Power Hour soft 18-19 Catrine Spin 45 18:15-19 Cissi UteJympa 18:30-19:30 Maggan	13/6 Jympa soft 10-11 Karin Spin 12-13 Pia Skivstång intervall 16:30-17:30 Pernilla Spin intervall 17-18 Marie R Cirkelgym HIT 17:15-18:15 Maj Jympa 17:30-18:30 Emilia Spin 18-19 Ulrika L Löpning soft 18-19 Jeanette & Göran Löpning distans 18-19:15 Eva Skivstång 16:30-19:30 Pia Indoor walking intervall 18:30-19:30 Maj CoreFlex soft 19:30-20:30 Leif S	14/6 Jympa soft 9-10 Annsan Cirkelgym soft 9:15-10:15 Lars Spin 12-13 Lars Skivstång intervall 17-18 Erik Spin soft 17:30-18:30 Cissi Indoor walking 18-19 Lina B Jympa 18-19 Anton Plaza Styrka 18:30-19:30 Lina S UteJympa 18:30-19:30 Helena Dans Explode 19-20 Linda T Cirkelgym 19-20 Robert Gästpass: Kettlebells 19:15-20:15 Magnus	15/6 Jympa 8-9 Maggan Multifys soft 10-11 Katarina S Skivstång 16:30-17:30 Pia Multifys Skivstång 17-18 Elisabet D Gästpass: Zumba Fitness 17:30-18:30 Lotta Indoor walking intervall 17:30-18:30 Kajsa Spin 17:45-18:45 Anneli W Yoga Energy 18:45-20 Elisabeth K	16/6 Dans soft 9-10 Maggan Indoor walking 12-13 Kajsa Dans Fusion 16:30-17:30 Marie M Indoor walking 16:45-17:45 Maj Jympa 17:30-18:30 Susanne Spin Grand Prix 17:15-18:15 Hanne	17/6 Jympa 9-10 Katarina N Yoga 9-10 Annelie G Indoor walking Play 9:30-10:30 Spin 9:45-10:45 Maj Skivstång 10-11 Hanne Dans Fusion Flow 11-12 Hanne	18/6 Spin soft 16:30-17:30 Sophia L Multifys Skivstång 17-18 Elisabet D Jympa 17:30-18:30 Annsan

Vecka 25

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
19/6	20/6	21/6	22/6	23/6	24/6	25/6
Indoor walking Play 6:15-7:15 CoreFlex soft 8:30-9:30 Kerstin Jympa soft 10-11 Karin Spin 12-13 Katarina S Indoor walking 16:30-17:30 Maj Skivstång 17-18 Hanne Spin 17:15-18:15 Linda R CirkelgymSpin 17:30-19 Cissi TRX 17:30-18:45 Christer Jympa 18-19 Camilla Dans Explode 18-19 Linda T Spin 45 18:15-19 Cissi UteJympa 18:30-19:30 Maggan Plaza Styrka 19-20 Lina S Indoor walking Grand Prix 19-20 Leif S Yoga soft 19:15-20:15 Annelie G	Multifys soft 10-11 Britta Skivstång intervall 16:30-17:30 Pernilla Indoor walking 16:30-17:30 Maj Spin intervall 17-18 Katarina S Jympa 17:30-18:30 Anton Multifys Skivstång 17:30-18:30 Thomas Spin 18-19 Ulrika L Cirkelgym 17:30-19 Tina Skivstång 18:30-19:30 Helena Indoor walking spurt 19:15-20:15 Tina CoreFlex soft 19-20 Susanne	Yoga Play 7:30-8:30 Jympa soft 9-10 Annsan Cirkelgym soft 9:15-10:15 Gunnar Multifys soft 10-11 Britta Indoor walking 12-13 Lina B Box 16:45-18 Kambiz Skivstång intervall 17-18 Erik Spin soft Play 17:30-18:30 Indoor walking 18-19 Amanda Jympa 18-19 Susanne Plaza Styrka 18:30-19:30 Lina S UteJympa 18:30-19:30 Helena Cirkelgym HIT 19-20 Maj	Jympa soft 10-11 Lina B Spin 12-13 Lars Multifys Skivstång 16:30-17:30 Elisabet D Jympa 17-18 Caroline Dans Fusion 17:30-18:30 Marie M Indoor walking 17:30-18:30 Maj Spin 17:45-18:45 Helena CirkelgymIW soft 18:15-19:45 Gunnar Skivstång 18:30-19:30 Ebba	MIDSOMMARAFTON öppet 7:00 - 12:00	MIDSOMMARDAGEN öppet 12:00 - 17:00 Spin 15-16 Maj	Skivstång 9:30-10:30 Pia Multifys Skivstång 16-17 Elisabet D Spin soft 16:30-17:30 Sophia L Jympa 17:30-18:30 Annsan

Vecka 26

26/6	27/6	28/6	29/6	30/6	1/7	2/7
Indoor walking Play 6:15-7:15 Jympa soft 10-11 Karin Indoor walking 12-13 Lina B Indoor walking 16:30-17:30 Maj Skivstång 17-18 Ebba Spin 17:15-18:15 Suanne CirkelgymSpin 17:30-19 Cissi Jympa 18-19 Anneli W Spin 45 18:15-19 Cissi UteJympa 18:30-19:30 Helena Plaza Styrka 19-20 Viktoria R Indoor walking Grand Prix 19-20 Leif S Yoga soft 19:15-20:15 Annelie G	Multifys soft 10-11 Britta Spin 12-13 Linda R Skivstång intervall 16:30-17:30 Pernilla Indoor walking 17:15-18:15 Kajsa Spin intervall 17-18 Marie R Jympa 17:30-18:30 Emilia Multifys Skivstång 17:30-18:30 Thomas Spin 18-19 Ulrika L Cirkelgym 18:15-19:15 Tina Skivstång 18:30-19:30 Terese Indoor walking spurt 18:30-19:30 Lena CoreFlex soft 19-20 Leif S	Yoga Play 7:30-8:30 Jympa soft 9-10 Annsan Multifys soft 10-11 Britta Skivstång intervall 17-18 Erik Spin 17:30-18:30 Helena Indoor walking 18-19 Tina Jympa 18-19 Anton Plaza Styrka 18:30-19:30 Lina S UteJympa 18:30-19:30 Emilia Cirkelgym HIT 19-20 Maj	Jympa soft 10-11 Lina B Multifys Skivstång 16:30-17:30 Elisabet D Jympa 17-18 Caroline Indoor walking Play 17:30-18:30 Plaza Cross 17:45-18:45 Carina Spin 17:45-18:45 Anneli W CirkelgymIW soft 18:15-19:45 Gunnar Jympa 17-18 Susanne Spin Grand Prix 17:15-18:15 Hanne	Skivstång 7:30-8:30 Helena Cirkelgym soft 9:15-10:15 Gunnar Jympa soft 10-11 Britta Indoor walking 12-13 Kajsa Dans Fusion 16:30-17:30 Marie M Indoor walking 16:45-17:45 Maj CirkelgymIW soft 18:15-19:45 Gunnar Skivstång 18:30-19:30 Pia	Skivstång 9-10 Hanne Yoga 9-10 Annelie G Indoor walking Play 9:30-10:30 Spin 9:45-10:45 Maj Dans Fusion Flow 10-11 Hanne	Skivstång Play 9:30-10:30 Multifys Skivstång 16-17 Elisabet D Spin soft 16:30-17:30 Sophia L Dans Explode 17-18 Linda T Jympa 17:30-18:30 Annsan

Vecka 27

3/7	4/7	5/7	6/7	7/7	8/7	9/7
Indoor walking Play 6:15-7:15 Plaza soft 9:45-10:45 Carina Jympa soft 10-11 Karin Spin 12-13 Katarina S Indoor walking 16:30-17:30 Maj Skivstång 17-18 Ebba Spin 17:15-18:15 Linda R CirkelgymSpin 18:15-19 Cissi Jympa 18-19 Camilla Dans Explode 18-19 Linda T Spin 45 18:15-19 Cissi UteJympa 18:30-19:30 Viktoria F Indoor walking Grand Prix 19-20 Leif S Yoga soft 19:15-20:15 Annelie G	Multifys soft 10-11 Britta Skivstång intervall 16:30-17:30 Pernilla Indoor walking 16:30-17:30 Tina Spin intervall 17-18 Helena Jympa 17:30-18:30 Emilia Indoor walking spurt 17:45-18:45 Lena Spin 18-19 Ulrika L Cirkelgym 18:15-19:15 Tina Skivstång 18:30-19:30 Terese Yoga 18:15-19:15 Viktoria F CoreFlex soft 19-20 Ulrika M	MorgonYoga 7:30-8:30 Shirley Jympa soft 9-10 Annsan Skivstång intervall 17-18 Erik Spin 17:30-18:30 Helena Indoor walking 18-19 Leif S Jympa 18-19 Anton UteJympa 18:30-19:30 Emilia Cirkelgym HIT 19-20 Maj	Jympa 8-9 Helena Jympa soft 10-11 Lina B Multifys Skivstång 16:30-17:30 Elisabet D Jympa 17-18 Caroline Indoor walking intervall 17:30-18:30 Kajsa Plaza Cross 17:45-18:45 Carina Spin 17:45-18:45 Anneli W CirkelgymIW soft 18:15-19:45 Gunnar Skivstång Play 18:30-19:30	Skivstång 7:30-8:30 Helena Cirkelgym soft 9:15-10:15 Gunnar Jympa soft 10-11 Britta Indoor walking 12-13 Lina B Dans Fusion 16:30-17:30 Marie M Indoor walking 16:45-17:45 Maj Jympa 17-18 Susanne Spin Grand Prix 17:15-18:15 Hanne	Skivstång 9-10 Hanne Yoga 9-10 Annelie G Indoor walking Play 9:30-10:30 Spin Play 9:45-10:45 Dans Fusion Flow 10-11 Hanne	Skivstång 9:30-10:30 Pia Spin soft 16:15-17:15 Sophia L Yoga 17:30-18:30 Sophia L Jympa Play 17:30-18:30

Vecka 28

10/7	11/7	12/7	13/7	14/7	15/7	16/7
Indoor walking Play 6:15-7:15 Plaza soft 9:45-10:45 Carina Jympa soft 10-11 Karin Spin 12-13 Katarina S Skivstång 17-18 Ebba Spin 17:15-18:15 Susanne CirkelgymIW 17:30-19 Tina Jympa 18-19 Camilla Dans Explode 18-19 Linda T UteJympa 18:30-19:30 Maggan Indoor walking Grand Prix 19-20 Leif S Yoga soft 19:15-20:15 Annelie G	Indoor walking 8-9 Kajsa Multifys soft 10-11 Britta Skivstång intervall 16:30-17:30 Pernilla Spin intervall 17-18 Katarina S Indoor walking spurt 17:15-18:15 Lena Jympa 17:30-18:30 Emilia Spin 18-19 Ulrika L Cirkelgym 18:15-19:15 Tina Yoga 18:15-19:15 Viktoria F Skivstång 18:30-19:30 Pia CoreFlex soft 19-20 Ulrika M	MorgonYoga 7:30-8:30 Shirley Jympa soft 9-10 Britta Skivstång Play 17-18 Spin Play 17:30-18:30 Indoor walking 18-19 Leif S Jympa 18-19 Anton UteJympa 18:30-19:30 Maggan	Multifys soft 10-11 Katarina S Jympa 17-18 Caroline Plaza Cross 17:45-18:45 Carina Spin Play 17:45-18:45 CirkelgymIW 18:15-19:45 Tina Skivstång 18:30-19:30 Pia	Skivstång 7:30-8:30 Kerstin Cirkelgym soft 8:45-9:45 Britta Jympa soft 10-11 Britta Indoor walking 12-13 Kajsa Dans Fusion 16:30-17:30 Marie M Indoor walking Play 16:45-17:45 Spin Grand Prix 17:15-18:15 Hanne	Skivstång 9-10 Hanne Yoga 9-10 Annelie G Indoor walking Play 9:30-10:30 Spin Play 9:45-10:45 Dans Fusion Flow 10-11 Hanne	Skivstång Play 9:30-10:30 Spin soft 16:15-17:15 Sophia L Yoga 17:30-18:30 Sophia L Jympa 17:30-18:30 Katarina N

Vecka 29

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
17/7	18/7	19/7	20/7	21/7	22/7	23/7
Indoor walking Play 6:15-7:15 Jympa soft 10-11 Karin Jympa 12-13 AnneBell Indoor walking 16:30-17:30 Elisabet D Skivstång 17-18 Hanne Spin 17:15-18:15 Maj Power Hour soft 18-19 Catrine UteJympa 18:30-19:30 Viktoria F Indoor walking Grand Prix 19-20 Leif S Yoga soft 19:15-20:15 Annelie G	Indoor walking 8-9 Kajsa Jympa soft 10-11 Karin Skivstång Play 16:30-17:30 Indoor walking spurt 17:15-18:15 Lena Spin Play 18-19 Cirkelgym HIT 18:15-19:15 Maj Yoga 18:15-19:15 Shirley CoreFlex soft 19-20 Ulrika M	MorgonYoga 7:30-8:30 Shirley Skivstång Play 17-18 Spin Play 17:30-18:30 Indoor walking Play 18-19 UteJympa 18:30-19:30 Viktoria F Cirkelgym 19-20 Robert	Jympa soft Play 10-11 Multifys Skivstång 16:30-17:30 Elisabet D Gästpass: Zumba Fitness 17:30-18:30 Lotta Spin 17:45-18:45 Maj Skivstång Play 18:30-19:30	Skivstång Play 7:30-8:30 Jympa soft Play 10-11 Indoor walking 12-13 Kajsa Dans Fusion 16:30-17:30 Marie M Indoor walking 16:45-17:45 Maj Spin Grand Prix 17:15-18:15 Hanne	Skivstång 9-10 Hanne Yoga 9-10 Annelie G Indoor walking Play 9:30-10:30 Spin Play 9:45-10:45 Jympa 10-11 Katarina N Dans Fusion Flow 10-11 Hanne	Skivstång Play 9:30-10:30 Multifys Skivstång 16-17 Elisabet D Spin soft 16:15-17:15 Sophia L Yoga 17:30-18:30 Sophia L Jympa Play 17:30-18:30

Vecka 30

24/7	25/7	26/7	27/7	28/7	29/7	30/7
Indoor walking Play 6:15-7:15 Jympa soft Play 10-11 Cirkelgym 12-13 Cissi Indoor walking 16:30-17:30 Elisabet D Skivstång 17-18 Hanne Spin Play 17:15-18:15 Power Hour soft 18-19 Catrine UteJympa 18:30-19:30 Anna R Yoga soft 19:15-20:15 Annelie G	Indoor walking 8-9 Kajsa Spin 12-13 Cissi Skivstång Play 16:30-17:30 Indoor walking spurt 17:15-18:15 Lena Spin Play 18-19 Yoga 18:15-19:15 Shirley CoreFlex soft Play 19-20 Jympa 17:30-18:30 Annsan	MorgonYoga 7:30-8:30 Shirley Jympa soft Play 9-10 Cirkelgym 12-13 Cissi Skivstång Play 17-18 Spin Play 17:30-18:30 Indoor walking Play 18-19 UteJympa 18:30-19:30 Anna R Cirkelgym 19-20 Robert	Jympa soft Play 10-11 Spin 12-13 Cissi Multifys Skivstång 16:30-17:30 Elisabet D Gästpass: Zumba Fitness 17:30-18:30 Lotta Spin Play 17:45-18:45 Skivstång Play 18:30-19:30	Skivstång Play 7:30-8:30 Jympa soft Play 10-11 Indoor walking 12-13 Kajsa Indoor walking Play 16:45-17:45 Spin Grand Prix 17:15-18:15 Hanne	Skivstång 9-10 Hanne Yoga 9-10 Annelie G Indoor walking Play 9:30-10:30 Spin Play 9:45-10:45 Dans Fusion Flow 10-11 Hanne	Skivstång Play 9:30-10:30 Multifys Skivstång 16-17 Elisabet D Spin soft Play 16:30-17:30 Jympa Play 17:30-18:30

Vecka 31

31/7	1/8	2/8	3/8	4/8	5/8	6/8
Indoor walking Play 6:15-7:15 Jympa soft Play 10-11 Indoor walking 16:30-17:30 Elisabet D Skivstång 17-18 Hanne Spin 17:15-18:15 Maj CirkelgymIW soft 17:30-19 Gunnar Power Hour soft 18-19 Catrine UteJympa 18:30-19:30 Helena Yoga soft 19:15-20:15 Annelie G	Jympa soft Play 10-11 Skivstång Play 16:30-17:30 Indoor walking 17:15-18:15 Kajsa Spin 18-19 Helena Cirkelgym HIT 18:15-19:15 Maj Yoga 18:15-19:15 Shirley Indoor walking spurt 18:30-19:30 Lena CoreFlex soft Play 19-20	MorgonYoga 7:30-8:30 Shirley Jympa soft Play 9-10 Skivstång Play 17-18 Spin 17:30-18:30 Thomas Indoor walking 18-19 Amanda UteJympa 18:30-19:30 Anneli W Cirkelgym 19-20 Robert	Jympa soft Play 10-11 Multifys Skivstång 16:30-17:30 Elisabet D Gästpass: Zumba Fitness 17:30-18:30 Lotta Spin Play 17:45-18:45 Skivstång Play 18:30-19:30	Skivstång Play 7:30-8:30 Cirkelgym soft 9:15-10:15 Gunnar Jympa soft Play 10-11 Indoor Walking 12-13 Kajsa Indoor walking 16:45-17:45 Maj Jympa 17-18 Helena Spin Grand Prix 17:15-18:15 Hanne	Skivstång 9-10 Hanne Yoga 9-10 Annelie G Indoor walking Play 9:30-10:30 Spin 9:45-10:45 Maj Dans Fusion Flow 10-11 Hanne	Skivstång Play 9:30-10:30 Multifys Skivstång 16-17 Elisabet D Spin soft 16:15-17:15 Sophia L Yoga 17:30-18:30 Sophia L Jympa 17:30-18:30 Annsan

Vecka 32

7/8	8/8	9/8	10/8	11/8	12/8	13/8
Indoor walking Play 6:15-7:15 Jympa soft 10-11 Karin Jympa 12-13 AnneBell Indoor walking soft 16:30-17:30 Amanda Skivstång 17-18 Hanne Spin 17:15-18:15 Helena CirkelgymSpin 17:30-19 Cissi MultiFys 18-19 Catrine Spin 45 18:15-19 Cissi UteJympa 18:30-19:30 Anneli W Jympa 19-20 Katarina N Plaza Styrka 19-20 Viktoria R Indoor walking Intervall 19-20 Maj Yoga soft 19:15-20:15 Annelie G	Multifys soft 10-11 Britta Skivstång 16:30-17:30 Helena Spin Intervall 17-18 Thomas Indoor walking 17:15-18:15 Kajsa Jympa 17:30-18:30 Emilia Cirkelgym HIT 18:15-19:15 Maj Yoga 18:15-19:15 Shirley Skivstång 18:30-19:30 Terese Indoor walking spurt 18:30-19:30 Lena CoreFlex soft Play 19-20	MorgonYoga 7:30-8:30 Shirley Jympa soft 9-10 Annsan Multifys soft 10-11 Britta Skivstång 17-18 Ebba Spin 17:30-18:30 Thomas Indoor walking Play 18-19 Jympa 18-19 Anton Plaza Styrka 18:30-19:30 Lina S UteJympa 18:30-19:30 Helena Cirkelgym 19-20 Robert	Jympa 8-9 Katarina N Jympa soft 10-11 Karin Multifys Skivstång 16:30-17:30 Elisabet D Gästpass: Zumba Fitness 17:30-18:30 Lotta Spin Play 17:45-18:45 CirkelgymIW soft 18:15-19:45 Gunnar Skivstång Play 18:30-19:30	Skivstång Play 7:30-8:30 Cirkelgym soft 9:15-10:15 Gunnar Jympa soft 10-11 Britta Skivstång 12-13 Kajsa Indoor walking 16:45-17:45 Maj Jympa 17-18 Anneli W Spin Grand Prix 17:15-18:15 Hanne	Skivstång 9-10 Hanne Yoga 9-10 Annelie G Indoor walking 9:30-10:30 Amanda Spin 9:45-10:45 Maj Dans Fusion Flow 10-11 Hanne	Skivstång Play 9:30-10:30 Multifys Skivstång 16-17 Elisabet D Spin soft 16:15-17:15 Sophia L Yoga 17:30-18:30 Sophia L Jympa 17:30-18:30 Annsan

- PLAY PÅ BEGÄRAN -

Träna vilket play-pass du vill i sal, när du vill

- läs mer på hemsidan!

- LÅNA SALAR -

Använd lediga salar och redskap

- på egen hand eller tillsammans!