



LJUNGBY

VÅRSHEMA 2022

Vårterminen drar igång v.2

Gymmet har öppett: mån-tors, sön 05:00-23:59 och fre-lör 05:00-20:00

	PASS	LEDARE	BOKNINGSBART
MÅNDAG			
09:00-10:10	CIRKELGYM	THOMAS	X
17:15-18:30	SKIVSTÅNG/INTERVALL	LINA D	X
18:00-18:45	SPIN SOFT	HELÉNE K	X
18:45-19:45	MULTIFYS	EMMA	
TISDAG			
12:15-12:55	SPIN 40	HELÉNE B	X
17:00-18:00	BAS/PULS	LISE	
17:30-18:30	SPIN 60	ULF	X
18:00-19:00	CORE FLEX	ANNA	
ONSDAG			
17:00-18:00	SPIN 60	LINA O	X
17:30-18:30	CORE FLEX SOFT	SOFI	
18:30-19:30	SKIVSTÅNG	BETTY	X
TORSDAG			
06:30-07:15	SPIN 45	EWA	X
16:45-17:30	SPIN 45	LINA D	X
17:30-18:30	SKIVSTÅNG SOFT	ANNA/BETTY	X
18:30-19:30	MULTIFYS	ANNIKA	
18:30-19:30	CIRKELGYM	JÖRGEN	X
FREDAG			
14:00-15:00	JYMPA BAS	LISE	
17:00-18:00	SPIN	OMVÄXLANDE	X
SÖNDAG			
16:00-17:00	SPIN SPURT	LINA L	X
17:30-18:30	JYMPA BAS	ANNIKA/LISE	
18:45-19:45	CIRKELFYS	HENRY	X

VARMT VÄLKOMNA IN & TRÄNA MED OSS!

Receptionen är bemannad 30 min innan passets start och 15 min efter passets slut!

Tel: 0372-81456

Mail: kansli@ljungby.friskisvettis.se

Facebook & Instagram: @friskisljungby