

Söndag 3/5	Måndag 4/5	Tisdag 5/5	Onsdag 6/5	Torsdag 7/5	Fredag 8/5	Lördag 9/5
Nerresa	07:00-07:15 Mindfulness (Stranden) Fia	07:00-08:00 Yoga Karin	07:00-07:15 Mindfulness (Stranden) Fia	07:00-08:00 Yoga Karin	07:00-07:15 Mindfulness (Stranden) Fia	07:00-08:00 Yoga Karin
	07:20 - 08:00 Power Walk/Morgonjogg Fia, Anna, Anders		07:20 - 08:00 Power Walk Anna, Fia	07:20 - 08:00 Power Walk/Morgonjogg Fia, Anna, Anders	07:20 - 08:00 Power Walk/Morgonjogg Fia, Anna, Anders	07:20 - 08:00 Power Walk/Morgonjogg Fia, Anna, Anders
	10:30-11:25 Jympa Bas Kerstin	10:00-13:00 Vandring	10:30-11:15 Plaza Styrka Anna	10:30-11:25 MODUS Anna, Fia	10:30-11:25 Jympa Bas Kerstin	10:30-11:00 Yin Yoga Karin
	Lunch tid TBD		11:30-12:15 Core Karin	11:20-12:20 Löpning Anders	11:30-12:30 Kvalitetpass löpning	11:30-12:25 Box 55 Fia
16:00-16:55 Jympa Celebrate Anna, Fia						
	16:15-17:10 Box 55 Fia	16:00-16:30 Tabata Karin	16:00-17:30 Friskismästarna (Stranden) Anders, Anna, Fia, Karin, Kerstin	16:15-17:00 CORE Karin	16:00-17:00 CROSS Anders	16:00-16:45 Rörlighetsträning Anna
	17:15-17:45 Yin Yoga Karin	17:00-17:45 Vattenjympa Kerstin	18:00- 18:40 Föreläsning Kerstin	17:10-18:00 FLEX Anna	17:30-18:15 Vattenjympa Kerstin	17:00- KOMBOPASS Anders, Anna, Fia, Karin, Kerstin

**Quizz efter middag,
plats och tid e.s.o**

**Gemensam middag,
plats och tid e.s.o**