

SOMMARSHEMA 2021 vecka 25-33

	MÅNDAG	TISDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG	LÖRDAG	SÖNDAG
Morgon-pass	Spin distans, virtuell ledare 06.45 Spin distans, virtuell ledare 08.30 Cirkelgym soft, Vicktoria 08.30 Cirkelgym soft, Lars B 10.00	Spin distans, virtuell ledare 06.45 Cirkelgym, Ingvar 08.30 Jympa bas ute, Vicktoria 09.00 Utefys soft, Jenny H 10.00	Spin distans, virtuell ledare 06.45 Indoor walking distans, varierande 08.30 (ej v 31,32) Cirkelgym soft, Vicktoria 09.30 Cirkelgym soft, Vicktoria 10.45	Spin distans, virtuell ledare 06.45 Cirkelgym, Jenny H 08.30 Utefys soft, Vicktoria 10.00	Spin distans, virtuell ledare 06.45 Coreflex, Jenny H 07.00 Spin puls, Ingvar 08.30 Jympa bas ute, Vicktoria 09.00 Cirkelgym soft, Jenny H 09.30	Yoga, varierande 09.00 Spin distans 75, Kenneth 09.00	Spin distans, virtuell ledare 09.30 Spin distans, virtuell ledare 11.00
Dag-pass	Cirkelfys 40, Jenny H 12.00		Spin distans, virtuell ledare 12.00				
16.00	Cirkelgym, Jenny H 16.30 Spin soft 45, Elisabeth 16.45			Spin soft 45, Elisabeth 16.45	Spin distans, virtuell ledare 16.30		Cirkelgym, Kenneth 16.00 Spin distans, virtuell ledare 16.00
17.00	Utefys, Niclas 17.00 (endast v 30,31,32) Spin distans, virtuell ledare 17.45		Utefys, Jenny H 17.00 Coreflex, Carina 17.00 (ej v 28,29,30,31) Indoor walking intervall, Fanny 17.30 (endast v 31,32) Spin distans, virtuell ledare 17.45	Indoor walking spurt, varierande 17.00			Spin distans, Nina 17.30
18.00	Skivstång, Eva 18.00 (ej v 29,30,31) Indoor walking, varierande 18.45	Löpträning ute, Lars H 18.00 Power Hour, Pling/Axel 18.00 Spin distans, Anders S/Anna/Emelie 18.45	Jympa, varierande 18.00	Jympa, varierande 18.00 Spin distans, Molly/Nina 18.15 (virtuell ledare v 29-31) Cirkelgym, Urban/Jenny H 18.30	Spin distans, virtuell ledare 18.00		Skivstång, Jonna 18.15 (ej v 29,30)
19.00	Jympa, varierande 19.00 Spin distans, Niklas/Lisa 19.15		Spin distans, virtuell ledare 19.15				

Följ oss på...



friskis

Birger Svenssonsväg 16 E
432 40 Varberg
0340-676262
info@varberg.friskisgyttis.se
www.varberg.friskisgyttis.se

Öppettider

Må 06.00 - 21.00
Ti 06.00 - 21.00
On 06.00 - 21.00
To 06.00 - 21.00
Fr 06.00 - 19.30
Lö 08.00 - 17.00
Sö 09.00 - 21.00