

Sommarschema 2018

Receptionen är öppen 10.00 - 14.00 alla vardagar
Vecka 30 är receptionen stängd hela veckan

Vecka 26
Mån-Tors 06.30-21.00
Fredag 06.30-19.00
Lör-Sön 07.00-18.00

Vecka 27-32
Mån-Fre 07.00-19.00
Lör-Sön 07.00-18.00

Vecka 33
Mån-Tors 06.30-21.00
Fredag 06.30-19.00
Lör-Sön 07.00-18.00

Vecka 26 & 33

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
TabataStrength 11.00 - 11.45	Funktionell styrka 10.45 - 11.30	Strong 11.00 - 11.45	WorkOUT 11.00 - 11.45	Funktionell Styrka 10.45 - 11.30
Spin 11.45 - 12.30	Styrka & Puls 11.30 - 12.15	Cirkelfys 11.45 - 12.30	Burning Step 11.30 - 12.00	FredagsFys 11.30 - 12.15
Core 12.30 - 13.00			Core & Butt 12.00 - 12.45	

Vecka 27, 28 & 32

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag
Spin 11.30 - 12.15 Core 12.15 - 12.45	Styrka & Puls 11.30 - 12.15	Cirkelfys 11.30 - 12.15	Core & Butt 11.30 - 12.15

Vecka 29, 30 & 31

Måndag	Onsdag
TabataStrength 11.30 - 12.15	Cirkelfys 11.30 - 12.15

Höstschemat startar igen 20 augusti!

Ha en fin sommar!

önskar

tränings **puls**