

SCHEMA HÖST 2021

MÅNDAG	TISDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG	LÖRDAG	SÖNDAG
18:00 CYKEL 45 LISA	10:00 SENIOR 55+ UTOMHUS ANETTE	18:00 OPEN GYM 60 DANIEL	10:00 SENIOR 55+ INOMHUS ANETTE	16:30 H.I.I.T CYKEL 45 LISA/ ANNE / CHRISTOFFER	09:00 OUTDOOR CHALLENGE 60 MIKAELA, DARREN, MAURI	15:30 CYKEL 55 ANNE
19:15 YOGA FLOW 60 MIA	19:00 YOGA STRENGTH 60 ILDIKO	18:45 H.I.I.T CYKEL 45 ANNE	18:00 OUTDOOR CHALLENGE 60 MAURI		10:00 YIN YOGA 75 ILDIKO / MIA	16:30 YIN YOGA 60 ILDIKO / AMELIE
		19:30 CORE 30 ANNE	19:00 YIN YOGA RELAX 75 MIA			17:30 TRX CHALLENGE 60 MIKAELA