

SCHEMA HÖST 2022

MÅNDAG	TISDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG	LÖRDAG	SÖNDAG
11:30 CYKEL BASIC 45 KADRI	09:00 SENIOR 60. 55+ ANETTE	11:30 YOGA NIDRA 30 KADRI	10:00 SENIOR 60. 55+ ANETTE	16:30 H.I.I.T CYKEL 50 ANNE	08:15 CYKEL POWER 90 RICHARD	15:30 CYKEL 60 JENNY
17:30 H.I.I.T CYKEL 45* LISA	18:30 FIFTY/FIFTY 60 ELISA	18:00* H.I.I.T CYKEL 45 FRIDA	19:30 YIN YOGA 75 YOGA NIDRA MIA		09:00 CHALLENGE 60 VÄXLANDE PT	16:30 YIN YOGA 75 ILDIKO / AMELIE
19:15 VINYASA 60 MIA	19:00 YOGA STRENGTH 60 ILDIKO	18:50* CORE 30 FRIDA			10:00 YOGA 75 KADRI	17:30 CHALLENGE 60 MIKAELA / FRIDA

* start vecka 45