

SCHEMA VÅR 2023

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