

SCHEMA JUNI 2022

MED RESERVATION FÖR ÄNDRINGAR!

Måndag

08:00 Yinyoga light, Petra
09:00 Gympower Light, Anette
09:10 Styrka med Stefan
10:30 CrossJumpingLightUTE, Norton
12:10 Virtuellt Bodypump
17:00 Soma Move, Johanna
17:30 Jumping Light UTE, Mattias
17:50 SpinningStyrka, Malin
18:20 Jumping UTE, Sofia
18:30 Yinyoga, Jeannette N
19:10 TRX UTE, Norton
19:10 RPM, Gustav
19:10 Speed Jumping, Felicia

Torsdag

09:00 Styrka med Stefan
09:30 Hips'n'Hoop light, Felicia
12:10 Virtuellt Bodycombat
18:00 Bodyattack UTE, Ebba
18:00 Kettlebells, Jenny N
19:00 Speed Jumping, Norton
19:00 Yinyoga, Jeannette N
19:00 Bodystep UTE, Anette o Åsa
20:00 Zumba Fitness UTE, Anette

Tisdag

09:30 Flow & Balance, Felicia
12:10 Virtuellt Les Mills Core
17:00 Pilates, Maggi
17:10 Speed Jumping, Norton
18:00 Bodybalance, Maggi
18:00 Tabata UTE, Linda
18:00 Spinning Intervall, Malin
19:00 Pulshöjarn UTE, Sofia o Felicia
19:00 Bodypump, Anders
19:20 Yinyoga, Maria



Fredag

05:45 RPM, Gustav
07:45 Yinyoga för män, Petra
09:30 Jumping Light UTE, Norton
12:10 Virtuellt Bodypump
17:10 Hips'n'Hoop, Felicia
18:00 Jumping, Felicia

Onsdag

05:45 RPM, Gustav
09:30 CrossPowerLight UTE, Norton
12:10 Virtuellt Bodyattack
17:00 Yinyoga, Katarina
17:10 TRX UTE, Felicia
18:00 Spinning light, Jenny A
18:00 Crosspower UTE, Emmy
18:10 Soma Move Slow, Maggi
19:00 Club Mix, Felicia
19:10 Distans Spinning, Jenny A
20:00 Jumping 40, Norton

Söndag

16:00 Pulshöjarn UTE, Sofia o Felicia
17:00 Jumping, Norton
18:00 BodyPump, Anders
19:20 Yinyoga, Maria

Kom ihåg att vi erbjuder **Les Mills Virtuella pass**. När salarna är lediga från "live-klasser" kan du själv starta igång ett virtuellt pass.

* Med reservation för ändringar

SCHEMA JULI 2022

MED RESERVATION FÖR ÄNDRINGAR!

Måndag

09:00 Gympower Light, Anette
10:30 CrossJumpingLightUTE, Norton
12:10 Virtuellt Bodypump
17:00 Soma Move, Johanna
17:30 Jumping Light UTE, Mattias
17:50 SpinningStyrka, Malin
18:20 Jumping UTE, Sofia
19:10 TRX UTE, Norton
19:10 RPM, Gustav
19:10 Speed Jumping, Felicia

Tisdag

09:30 Flow & Balance, Felicia
12:10 Virtuellt Les Mills Core
17:00 Pilates, Maggi
17:10 Speed Jumping, Norton
18:00 Bodybalance, Maggi
18:00 Tabata UTE, Linda (endast v 27)
18:00 Spinning Intervall, Malin
19:00 Pulshöjarn UTE, Sofia o Felicia
19:00 Bodypump, Gustav/Åsa

Onsdag

09:30 CrossPowerLight UTE, Norton
12:10 Virtuellt Bodyattack
17:10 TRX UTE, Felicia
18:00 Spinning light, Jenny A
18:00 Crosspower UTE, Emmy
18:10 Soma Move Slow, Maggi
19:00 Club Mix, Felicia
19:10 Distans Spinning, Jenny A
20:00 Jumping 40, Norton

Torsdag

09:30 Hips'n'Hoop light, Felicia
12:10 Virtuellt Bodycombat
18:00 Bodyattack UTE, Ebba
18:00 Kettlebells, Jenny N
19:00 Speed Jumping, Norton
19:00 Bodystep UTE, Anette o Åsa
20:00 Zumba Fitness UTE, Anette

Fredag

09:30 Jumping Light UTE, Norton
12:10 Virtuellt Bodypump
17:10 Hips'n'Hoop, Felicia
18:00 Jumping, Felicia

Söndag

16:00 Pulshöjarn UTE, Sofia o Felicia
17:00 Jumping, Norton

Vi kommer att lägga in några **yinyoga pass** under juli, vi publicerar på sociala medier och i appen.

Kom ihåg att vi erbjuder **Les Mills Virtuella pass**. När salarna är lediga från "live-klasser" kan du själv starta igång ett virtuellt pass.

* Med reservation för ändringar

SCHEMA AUGUSTI 2022

MED RESERVATION FÖR ÄNDRINGAR!

Måndag

08:00 Yinyoga light, Petra
09:00 Gympower Light, Anette
09:10 Styrka med Stefan (start v 33)
10:30 CrossJumpingLightUTE, Norton
12:10 Virtuellt Bodypump
17:00 Soma Move, Johanna
17:30 Jumping Light UTE, Mattias
17:50 SpinningStyrka, Malin
18:20 Jumping UTE, Sofia
18:30 Yinyoga, Jeannette N (start v33)
19:10 TRX UTE, Norton
19:10 RPM, Gustav
19:10 Speed Jumping, Felicia

Tisdag

09:30 Flow & Balance, Felicia
12:10 Virtuellt Les Mills Core
17:00 Pilates, Maggi
17:10 Speed Jumping, Norton
18:00 Bodybalance, Maggi
18:00 Tabata UTE, Linda
18:00 Spinning Intervall, Malin
19:00 Pulshöjarn UTE, Sofia o Felicia
19:00 Bodypump, Anders
19:20 Yinyoga, Maria

Onsdag

05:45 RPM, Gustav
09:30 CrossPowerLight UTE, Norton
12:10 Virtuellt Bodyattack
17:00 Yinyoga, Katarina (start v33)
17:10 TRX UTE, Felicia
18:00 Crosspower UTE, Emmy
18:10 Soma Move Slow, Maggi
19:00 Club Mix, Felicia
19:10 Distans Spinning, Jenny A (v 34)
20:00 Jumping 40, Norton

Torsdag

09:00 Styrka med Stefan (start v 33)
09:30 Hips'n'Hoop light, Felicia
12:10 Virtuellt Bodycombat
18:00 Bodyattack UTE, Ebba
18:00 Kettlebells, Jenny N
19:00 Speed Jumping, Norton
19:00 Yinyoga, Jeannette N (start v33)
19:00 Bodystep UTE, Anette o Åsa
20:00 Zumba Fitness UTE, Anette

Fredag

05:45 RPM, Gustav
07:45 Yinyoga för män, Petra
09:30 Jumping Light UTE, Norton
12:10 Virtuellt Bodypump
17:10 Hips'n'Hoop, Felicia
18:00 Jumping, Felicia

Söndag

16:00 Pulshöjarn UTE, Sofia o Felicia
17:00 Jumping, Norton
18:00 BodyPump, Anders
19:20 Yinyoga, Maria

Kom ihåg att vi erbjuder **Les Mills Virtuella pass**. När salarna är lediga från "live-klasser" kan du själv starta igång ett virtuellt pass.

* Med reservation för ändringar