

GRUPPTRÄNING | RYHMÄLIIKUNTA

SCHEMA 6.1-30.4.2025 LUKUJÄRJESTYS

	må - ma	ti	ons - ke	to	fre - pe	la	sö - su
MORNING						* 9-10 Pilates Lina	
17.00 - 18.00	* Idas Bootcamp Ida	* 17.30-18.15 Maria's RETRO Maria	HYROX Eddi		17.00-17.45 Cycling 45 Alexandra R.		17.00-17.45 HYROX 45 Louise
18.00 - 19.00		Lönnerbergs cirkel/kuntopiiri (kurs/kurssi)	* Rock Cycling Uffe	* Lavis Charlotta			* 17.45-18.30 Cycling 45 Louise
18.15 - 19.00	18.15-19.15 HYROX Ida	* Stretch & tøj Maria	* 18.15-19.30 Power Hour Moa				* 17.30-18.30 Maria's RETRO Maria
19.00 - 20.00				Alexia Strength Louise			

* Passar även för nybörjare | Sopii myös aloittelijoille

* Timmen hålls i salen på tredje våningen (3rd Floor) | Tunti pidetään 3. kerroksen salissa (3rd Floor)

Vi förbehåller oss rätten till ändringar | Pidätämme oikeuden muutoksiin

