

	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
7.00	6,30 Styrka/Kondition Vattengympa		6,30 Indoor W/Styrka HathaYoga	6,30 Styrka/Kondition	Vattengympa		
8.00		Spin-Core	8.30 Motionsgympa Senior	Spin-Core		8,30 Vattengympa	
9.00		Vattengympa	9,30 Vattengympa Senior		Vattengympa		
10.00	Vattengympa		11,00 Vattengympa		Vattengympa		
14.00	Motionsgympa Senior				Vattengympa Lätt		
15:00	Vattengympa Senior						
16.00		16,30 Pump 16,30 Zumba 40 min					
17.00	Vattengympa Pump	17,15 Trx 45 17,30 Float Fit (stora bassängen)	Vattengympa Pilates RÖRLIGHETSTRÄNING 17,30 MULTITRÄNING	16,30 SKIVSTÅNG 17,00 MAGE RYGG 17,30 STEP STYRKA	Zumba		
18.00	MAGE RYGG 25		Vattengympa Mrl 45	18,15 Puls Spinning BOX MIX			
18,30	SomaMove 45 Spinning 45 YinYoga 90	Indoor Walking 45 CrossFit Vattengympa	Spinning 45 19,15 Yin & Yang Yoga	PULS JYMPA			

X-TRA PASS KOMMER ATT LÄGGAS IN EFTER BEHOV PÅ FREDAGAR & HELGER

Ett pass kan komma att ställas in - upp till 3 deltagare

FORTGJORT PASS 25 MIN