

Jul- och nyårsschema 2019/2020

Vecka 52

Måndag 23/12	Tisdag 24/12	Onsdag 25/12	Torsdag 26/12	Fredag 27/12	Lördag 28/12	Söndag 29/12
			09.00 - 09.30 SMART HIIT Lotta		09.00 - 09.45 BODYPUMP® Anna-Karin	
17.30 - 18.15 BODYSTEP® Åsa					09.50 - 10.20 SPRINT® Anna-Karin	17.30 - 18.00 CXWORX® Kicki
						18.10 - 18.55 BODYSTEP® Kicki

Vecka 1

Måndag 30/12	Tisdag 31/12	Onsdag 1/11	Torsdag 2/1	Fredag 3/1	Lördag 4/1	Söndag 5/1
	Best of BODYSTEP® 2019				09.00 - 09.45 BODYPUMP® Anna-Karin	
17.30 - 18.00 SPRINT®		17.30 - 18.00 HIIT Lotta	17.30 - 18.15 BODYPUMP® Anna-Karin		09.50 - 10.20 SPRINT® Anna-Karin	17.30 - 18.00 CXWORX® Kicki
18.10 - 18.55 BODYPUMP® Anna-Karin		18.10 - 18.40 SPRINT® Lotta	18.20 - 18.50 CXWORX® Anna-Karin			18.10 - 18.55 BODYSTEP® Kicki

Vecka 2

Måndag 6/1	Tisdag 7/1					
	Ordinarie gruppträningsschema startar					
19.00 - 20.00 LÖPGRUPP Tobias						
19.00 - 20.00 BODYPUMP 60® Linda						

