

# SCHEMA 3/12 2018 - 13/1 2019

<b>V 49</b>	<b>MÅNDAG</b> öppet 9-11+16.30-20.15 10.00 Seniorgympa 17.35 GRIT Cardio 18.10 BodyPump 19.15 Cykling 55 19.15 Step Styrka	<b>TISDAG</b> öppet 16.30-20.00 17.00 BodyPump 30 17.35 CxWorx 17.35 Cykling 30 18.10 Sprint 18.10 BodyCombat 45 19.00 BodyBalance	<b>ONSDAG</b> öppet 9.30-11+16.30-19.30 10.00 Mama Core 18.00 Booty 18.40 BodyStep 45 18.40 RPM 45	<b>TORSDAG</b> öppet 17.00-20.15 18.00 CxWorx 18.35 BodyAttack 18.35 Sprint 19.10 BodyPump	<b>FREDAG</b> öppet 17.00-18.15 17.30 GRIT Strength	<b>SONDAG</b> öppet 16.00-18.00 16.20 Sprint 17.00 BodyBalance 45
	<b>MÅNDAG</b> öppet 16.30-20.15 17.35 GRIT Cardio 18.10 BodyPump 19.15 Cykling 55 19.15 DANCE	<b>TISDAG</b> öppet 16.30-20.00 17.00 BodyPump 30 17.35 CxWorx 17.35 Cykling 30 18.10 Sprint 18.10 BodyCombat 45 19.00 BodyBalance	<b>ONSDAG</b> öppet 17.00-20.00 18.00 Booty 18.40 BodyStep 45 18.40 RPM 45 19.30 GRIT Strength RELEASE	<b>TORSDAG</b> öppet 17.00-20.15 18.00 CxWorx 18.35 BodyAttack 18.35 Sprint 19.10 BodyPump	<b>FREDAG</b> öppet 17.00-18.15 17.30 GRIT Strength	<b>SONDAG</b> öppet 16.30-18.00 17.00 BodyBalance 45
<b>V 51</b>	<b>MÅNDAG</b> öppet 16.30-20.15 17.35 GRIT Cardio 18.10 BodyPump RELEASE 19.15 Jul Cykling 45 19.15 Step Styrka	<b>TISDAG</b> öppet 16.30-20.00 17.00 BodyPump 30 17.35 CxWorx 17.35 Cykling 30 18.10 Sprint 18.10 BodyCombat 45 19.00 BodyBalance	<b>ONSDAG</b> öppet 17.00-20.00 18.00 Booty 18.40 BodyStep 45 19.30 GRIT Strength	<b>TORSDAG</b> öppet 17.00-20.15 18.00 CxWorx 18.35 Sprint 19.10 BodyPump	<b>FREDAG</b> öppet 17.00-18.15 17.30 GRIT Strength	
	<b>JULDAGEN</b> öppet 09.30-11.45 09.45 Jul Cykling 45 10.30 BodyPump	<b>ANNANDAG JUL</b> öppet 16.15-19.00 16.30 Jul Fys 17.05 GRIT Strength 17.45 BodyBalance	<b>TORSDAG</b> öppet 17.00-20.15 18.00 CxWorx 18.35 Sprint 19.10 BodyPump	<b>FREDAG</b> öppet 17.00-18.15 17.30 GRIT Cardio	<b>LORDAG</b> öppet 09.30-11.30 09.45 HårdocksCykling 10.30 BodyCombat 45	
<b>V 1</b>	<b>NYÅRSAFTON</b> öppet 10.00-11.45 10.30 BodyPump	<b>ONSDAG</b> öppet 17.00-19.30 18.00 BodyStep 45 RELEASE 18.00 RPM 45 19.00 GRIT Strength	<b>TORSDAG</b> öppet 16.30-20.30 17.00 BodyBalance 30 17.35 BodyCombat 30 18.10 CxWorx RELEASE 18.45 Sprint 19.20 BodyPump	<b>FREDAG</b> öppet 17.00-18.15 17.30 GRIT Cardio	<b>TRETTONDAGEN</b> öppet 09.00-11.45 09.30 SPRINT RELEASE 10.10 RPM RELEASE 11.00 SPRINT RELEASE	
	<b>MÅNDAG</b> öppet 16.30-20.00 17.35 GRIT Cardio RELEASE 18.10 BodyPump 19.15 Cykling 45	<b>TISDAG</b> öppet 16.30-20.00 17.00 BodyPump 30 17.35 CxWorx 17.35 Cykling 30 18.10 Sprint 18.10 BodyCombat 45 RELEASE 19.00 BodyBalance RELEASE	<b>ONSDAG</b> öppet 17.00-19.30 18.00 BodyStep 45 18.00 RPM 45 19.00 GRIT Strength	<b>TORSDAG</b> öppet 16.30-20.30 17.00 BodyBalance 30 17.35 BodyCombat 30 18.10 CxWorx 18.45 Sprint 19.20 BodyPump	<b>FREDAG</b> öppet 17.00-18.15 17.30 GRIT Strength	<b>SONDAG</b> öppet 16.00-18.00 16.20 Sprint 17.00 BodyBalance 45





