

SCHEMA VECKA 14

MÅNDAG	TISDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG	LÖRDAG	SÖNDAG
18.10-19.10 LES MILLS BODYPUMP Anna	06.00-06.30 LES MILLS GRIT CARDIO Matilda	18.05-18.35 LES MILLS CXWORX Anna	18.00-18.30 LES MILLS GRIT ATHLETIC Matilda	06.00-06.30 HIIT Sofia	10.00-11.00 LES MILLS BODYPUMP Jessica H-F	16.10-16.55 CYKLING 45 Karolina
19.15-20.10 CYKLING 55 Håkan S	17.00-17.30 LES MILLS BODYPUMP 30 Annelie	18.40-19.25 LES MILLS BODYSTEP 45 Anna	18.00-18.30 LES MILLS sprint Linda Marie			17.00-17.45 LES MILLS tone 45 Jonna/Annelie
19.15-20.10 STEP STYRKA Jonna	17.35-18.05 LES MILLS CXWORX Jessica A	18.40-19.25 LES MILLS RPM Evelina	18.45-19.45 LES MILLS BODYPUMP Annelie			17.50-18.35 LES MILLS BODYBALANCE 45 Jonna E
	17.35-18.05 CYKLING 30 Karolina	19.30-20.00 LES MILLS GRIT STRENGTH Christian				
	18.10-18.55 LES MILLS BODYCOMBAT 45 Elin					
	19.00-20.00 LES MILLS BODYBALANCE Caroline					

BERGA
 Träningsstudio

