

SCHEMA VECKA 22

MÅNDAG	TISDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG	LÖRDAG	SÖNDAG
18.00-19.00 LÖPARPASS Pierre/Magnus	16.55-17.25 LESMILLS BODYPUMP 30 Lina	18.05-18.35 LESMILLS CXWORX Anna	17.15-18.00 OUTDOOR TRAINING Karolina	06.00-06.30 HIIT Sofia	10.00-11.00 LESMILLS BODYPUMP Jessica H-F	16.10-16.55 CYKLING 45 Karolina
18.10-19.10 LESMILLS BODYPUMP Anna	17.35-18.05 CYKLING 30 Håkan	18.40-19.25 LESMILLS BODYSTEP 45 Anna	18.05-18.35 LESMILLS GRIT ATHLETIC Matilda			17.00-17.45 LESMILLS tone 45 Jonna/Annelie
19.15-20.10 STEP STYRKA Jonna	18.10-18.55 LESMILLS BODYCOMBAT 45 Matilda	19.30-20.00 LESMILLS GRIT STRENGTH Christian	18.05-18.35 LESMILLS sprint Linda Marie			17.50-18.35 LESMILLS BODYBALANCE 45 Jonna E
	19.00-20.00 LESMILLS BODYBALANCE Caroline		18.45-19.45 LESMILLS BODYPUMP Annelie			

BERGA
 Träningsstudio

