

Träningspass Våren -12

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
	09.00 Hot Yoga 80min		09.00 Pilates	09.00 Qi Gong		
10.00 Gympa		10.00 Yoga	10.00 Pilates	10.00 Core & Balans	10.00 Pilates	10.00 Hot Yoga 80min
11.00 Vattengympa	11.00 Vattengympa	11.00 Vattengympa	11.00 Vatten Pilates	11.00 Vattengympa	11.00 Aqua Bike	
17.40 Pilates	17.30 Yoga Boll	17.30 Afro	17.30 Core & Balans	16.00 Salsa Moves		
18.30 Vatten Pilates	18.30 Vattengympa	18.30 Aqua Bike	18.30 Vattengympa			