

# Schema VT-25

PT Small Group



TRÄNING &  
BEHANDLING

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
6:30-7:15 <b>Mobility &amp; Core 45</b> Drop-in Tollis	6:45-7:45 <b>Lyft Bas</b> Kurs Pia		6:45-7:45 <b>Mix Fortsättning</b> Kurs Silje			
					8:45-9:30 <b>Cirkel 45</b> Drop-in Olika coacher	
11:00-12:00 <b>Mamma Bas</b> Kurs Silje	11:45-12:30 <b>Utomhus</b> Drop-in Pia	11:45-12:30 <b>Mobility &amp; Core 45</b> Drop-in Tollis	10:30-11:30 <b>Mamma</b> Fortsättning Kurs Silje	11:45-12:30 <b>Cirkel 45</b> Drop-in Pia		
		13:00-14:00 <b>Mamma</b> Fortsättning Kurs Silje/Pia				
				16:00-16:55 <b>Ungdom Bas</b> Kurs Rasmus		
				17:00-17:55 <b>Ungdom Forts.</b> Kurs Rasmus		
18:15-19:15 <b>Mix Fortsättning</b> Kurs Silje	18:30-19:15 <b>Cirkel 45</b> Drop-in Derya	18:00-19:00 <b>Styrka</b> Kurs Pia	18:00-19:00 <b>Löpning</b> Kurs Jenny	18:00-18:55 <b>Ungdom Styrka</b> Kurs Rasmus		17:15-18:15 <b>Mix Bas</b> Kurs Stina
19:30-20:30 <b>Mix Fortsättning</b> Kurs Silje		19:15-20:15 <b>Lyft Fortsättning</b> Kurs Pia	19:15-20:00 <b>Mjuk yoga/Meditation</b> Drop-in Jenny			