

Schema VT-25

PT Small Group



Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
6:30-7:15 Mobility & Core 45 Drop-in Tollis	6:45-7:45 Lyft Bas /Styrka Kurs Pia		6:45-7:45 Mix Fortsättning Kurs Silje			
					8:45-9:30 Cirkel 45 Drop-in Olika coacher	
	11:45-12:30 Utomhus Drop-in Pia		10:30-11:30 Mamma Fortsättning Kurs Silje	11:45-12:30 Cirkel 45 Drop-in Pia		
13:00-14:00 Mamma Bas Kurs Silje						
				16:00-16:55 Ungdom Bas Kurs Rasmus		16:00-17:00 Mobility/Core Padel/Golf-Fys Drop-in Tollis
				17:00-17:55 Ungdom Forts. Kurs Rasmus		17:15-18:15 Mix Bas/Forts. Kurs Stina
18:15-19:15 Mix Fortsättning Kurs Silje	18:30-19:15 Cirkel 45 Drop-in Derya	18:00-19:00 Styrka Kurs Pia	18:00-19:00 Löpning Kurs Jenny	18:00-18:55 Ungdom Styrka Kurs Rasmus		
19:30-20:30 Mix Fortsättning Kurs Silje		19:15-20:15 Lyft Fortsättning Kurs Pia	19:15-20:15 (60 min) Mjuk yoga/Meditation Drop-in Jenny			