

## Kungsgatan: 2017

Med reservation för ändringar

|       | Mån   | Tis  | Ons  | Tor   | Fre  | Lör  | Sön   |
|-------|---|--|--|---|--|--|---|
| 06:00 | 06:45-07:40<br><b>Spinning Distans</b><br>Kungsgatan<br>Alexander W, Spinning     | 06:30-07:25<br><b>Spinning - Distans Play</b><br>Kungsgatan                          |  | 06:45-07:40<br><b>Spinning Distans</b><br>Kungsgatan<br>Alexander W, Spinning           | 06:45-07:40<br><b>Spinning Distans</b><br>Kungsgatan<br>Maria Er, Spinning                   |  |   |
| 10:00 |   |  |  |   |  | 10:00-10:55<br><b>Spinning Distans puls</b><br>Kungsgatan<br>Heike M, Spinning | 10:30-11:25<br><b>Cirkelfys</b><br>Kungsgatan<br>Olof S, Gym  |
| 11:00 | 11:30-12:25<br><b>Inspiration med tränare</b><br>Kungsgatan<br>Gunilla D, Gym     | 11:30-12:25<br><b>Inspiration med tränare Gravid</b><br>Kungsgatan<br>Anneli An, Gym | 11:30-12:25<br><b>Spinning Distans</b><br>Kungsgatan<br>Ann Er, Spinning               |   | 11:30-12:25<br><b>Inspiration med tränare - Kroppsvikt</b><br>Kungsgatan<br>Magdalini K, Gym |  |   |
|       |   |  |  |   | 11:45-12:40<br><b>Spinning Intervall puls</b><br>Kungsgatan<br>Tobias R, Spinning            |  |   |
| 12:00 | 12:00-12:55<br><b>Spinning Intervall puls</b><br>Kungsgatan<br>Tobias R, Spinning | 12:00-12:55<br><b>Spinning Intervall puls</b><br>Kungsgatan<br>Marie T, Spinning     |  | 12:00-12:55<br><b>Spinning Distans</b><br>Kungsgatan<br>Gabriela V, Spinning            |  |  |   |
|       | 12:30-13:25<br><b>Instruktion</b><br>Kungsgatan<br>Gunilla D, Gym                 |  |  |   |  |  |   |
| 15:00 |   |  |  | 15:45-16:40<br><b>Spinning - Intervall Play</b><br>Kungsgatan                           |  |  |   |
| 16:00 |   |  | 16:45-17:40<br><b>Spinning Intervall (Py) puls</b><br>Kungsgatan<br>Marie Be, Spinning |   | 16:15-17:10<br><b>Spinning Distans puls</b><br>Kungsgatan<br>Kaisa P, Spinning               |  |   |
| 17:00 | 17:15-18:10<br><b>Spinning Distans puls</b><br>Kungsgatan<br>Kaisa P, Spinning    | 17:00-17:55<br><b>Spinning Intervall</b><br>Kungsgatan<br>Katja H, Spinning          | 17:30-18:25<br><b>Inspiration med tränare</b><br>Kungsgatan<br>Anna Caj, Gym           | 17:15-18:10<br><b>Spinning Distans</b><br>Kungsgatan<br>Mattias G, Spinning             | 17:00-17:35<br><b>HIT</b><br>Kungsgatan<br>Andreas Fi  |  | 17:00-17:55<br><b>Spinning - Intervall Play</b><br>Kungsgatan |
|       |   |  |  | 17:30-18:55<br><b>Inspiration med tränare Styrkelyft</b><br>Kungsgatan<br>John E A, Gym | 17:15-18:10<br><b>Spinning - Ltd edition Spurt</b><br>Kungsgatan<br>Anna Br, Spinning        |  |   |
| 18:00 | 18:00-18:55<br><b>Inspiration med tränare</b><br>Kungsgatan<br>Lina S, Gym        | 18:00-18:55<br><b>Ltd edition Kettlebell Strong</b><br>Kungsgatan<br>Jens N, Gym     | 18:00-18:55<br><b>Spinning Distans puls</b><br>Kungsgatan<br>Erik JH, Spinning         |   |  |  |   |

|       |  |  |  |  |  |  |  |
|-------|--|--|--|--|--|--|--|
|       | 18:30-19:25<br><b>Spinning Distans</b><br>Kungsgatan<br>Ludvig G, Spinning |  | 18:30-19:25<br><b>Instruktion</b><br>Kungsgatan<br>Anna Caj, Gym |  |  |  |  |
| 19:00 | 19:00-19:55<br><b>Instruktion</b><br>Kungsgatan<br>Lina S, Gym             | 19:00-19:55<br><b>Cirkelfys</b><br>Kungsgatan<br>Adam S, Gym |  |  |  |  |  |