

Gårda (Turion): 2017

Med reservation för ändringar

	Mån	Tis	Ons	Tor	Fre	Lör	Sön
07:00					07:15-08:10 <b>Yoga</b> Gårda (Turion) Fanny B, Sal 2		
09:00						09:00-09:55 <b>Jympa medel</b> Gårda (Turion) Aron T, Sal 1	
						09:30-12:30 <b>Barnpassning</b> Gårda (Turion) Chajma	
						09:45-10:40 <b>Indoor walking intervall</b> Gårda (Turion) Pia M, Ingela NN, Indoor walking	
10:00		10:00-10:55 <b>Jympa soft</b> Gårda (Turion) Ingvor R, Sal 1				10:00-10:55 <b>Jympa soft</b> Gårda (Turion) Vivien K, Sal 1	10:00-10:55 <b>Flex</b> Gårda (Turion) Marie Lö, Sal 1
						10:30-11:25 <b>Skivstång</b> Gårda (Turion) Tony W, Sal 2	10:15-11:10 <b>Spinning intervall</b> Gårda (Turion) Kristin K, Spinning
11:00	11:30-12:25 <b>Spinning distans puls</b> Gårda (Turion) Lars W, Spinning			11:00-11:55 <b>Yoga soft</b> Gårda (Turion) Ulla Wi, Sal 2			11:00-11:55 <b>Jympa bas</b> Gårda (Turion) Lisa Wid, Sal 1
12:00		12:00-12:55 <b>Indoor walking distans</b> Gårda (Turion) Ansi L, Indoor walking	12:00-12:55 <b>Skivstång</b> Gårda (Turion) Jasmin S, Sal 2		12:00-12:55 <b>Cirkelfys</b> Gårda (Turion) Erland L, Sal 1		
					12:00-12:55 <b>Spinning intervall puls</b> Gårda (Turion) Lars W, Spinning		
13:00			13:00-13:30 <b>Flex</b> Gårda (Turion) Jasmin S, Sal 2				
16:00	16:30-19:30 <b>Barnpassning</b> Gårda (Turion) Noralie	16:30-19:30 <b>Barnpassning</b> Gårda (Turion) Kajin		16:30-19:30 <b>Barnpassning</b> Gårda (Turion) Emma A	16:00-16:55 <b>Core Soft</b> Gårda (Turion) Lisa Wid, Sal 1		16:00-17:00 <b>Instruktion</b> Gårda (Turion) Björn H, Gym
	16:30-17:25 <b>Skivstång</b> Gårda (Turion) Tina H, Sal 2						16:00-16:55 <b>Jympa medel</b> Gårda (Turion) Malin Mo, Sal 1

							16:30-17:10 <b>Skivstång</b> Gårda (Turion) Per L, Sal 2
17:00	17:00-17:55 <b>Jympa bas</b> Gårda (Turion) Agneta B, Sal 1	17:00-17:55 <b>Skivstång</b> Gårda (Turion) Marie Lö, Sal 2	17:00-18:00 <b>Inspiration med tränare</b> Gårda (Turion) Sophia H, Gym	17:00-17:55 <b>Jympa medel</b> Gårda (Turion) Lotta Bj, Sal 1	17:00-17:55 <b>Skivstång</b> Gårda (Turion) Anna He, Sal 2		17:15-17:55 <b>Spinning</b> Gårda (Turion) Per L, Spinning
	17:15-18:10 <b>Spinning distans</b> Gårda (Turion) Carina F, Spinning	17:00-17:55 <b>Jympa medel</b> Gårda (Turion) Matilda L, Sal 1	17:00-17:55 <b>Jympa bas</b> Gårda (Turion) Tina H, Sal 1	17:00-17:55 <b>Tillgänglig tränare i gymmet</b> Gårda (Turion) Martin L, Gym	17:15-18:30 <b>Jympa station</b> Gårda (Turion) Malin A, Sal 1		17:30-18:25 <b>Indoor walking distans</b> Gårda (Turion) Tommy L, Indoor walking
	17:30-18:25 <b>Tillgänglig tränare i gymmet</b> Gårda (Turion) Tommy L, Gym	17:45-18:40 <b>Indoor walking intervall</b> Gårda (Turion) Ingela NN, Indoor walking	17:30-18:25 <b>Step styrka</b> Gårda (Turion) Silvana L, Sal 2	17:15-18:10 <b>Indoor walking intervall</b> Gårda (Turion) Katrin Ja, Indoor walking			
	17:30-18:25 <b>Dubbelstep</b> Gårda (Turion) Matilda F, Sal 2		17:30-18:25 <b>Indoor walking distans</b> Gårda (Turion) Johan So, Indoor walking	17:30-18:10 <b>Skivstång</b> Gårda (Turion) Charlotte Bo, Sal 2			
	17:45-18:40 <b>Ltd Edition Indoor walking Spurt</b> Gårda (Turion) Pia M, Indoor walking		17:45-18:40 <b>Spinning distans</b> Gårda (Turion) Johanna Bu, Spinning	17:45-18:40 <b>Spinning distans</b> Gårda (Turion) Anna Gu, Spinning			
18:00	18:00-18:55 <b>Jympa intensiv</b> Gårda (Turion) Emma A, Sal 1	18:00-18:55 <b>Instruktion</b> Gårda (Turion) Tina A, Gym	18:00-18:55 <b>Jympa medel</b> Gårda (Turion) Camilla G, Sal 1	18:00-18:55 <b>Tillgänglig tränare i gymmet</b> Gårda (Turion) Martin L, Gym			
	18:30-19:40 <b>Skivstång intervall</b> Gårda (Turion) Anna He, Sal 2	18:00-19:15 <b>Yoga energy</b> Gårda (Turion) Malin B, Sal 2	18:30-19:10 <b>Skivstång</b> Gårda (Turion) Camila B, Sal 2	18:00-18:55 <b>Dans fuego</b> Gårda (Turion) Malin Mo, Sal 1			
	18:30-19:25 <b>Spinning distans puls</b> Gårda (Turion) Evelina E, Spinning	18:00-18:55 <b>Intervall flex</b> Gårda (Turion) Camila B, Sal 1		18:15-18:45 <b>Flex</b> Gårda (Turion) Charlotte Bo, Sal 2			
		18:15-19:10 <b>Spinning intervall</b> Gårda (Turion) Marie Lö, Spinning		18:30-19:25 <b>Indoor walking distans</b> Gårda (Turion) Anna Eb, Indoor walking			
19:00	19:00-19:55 <b>Cirkelfys</b> Gårda (Turion) Erik H, Sal 1	19:00-19:55 <b>Dans fusion</b> Gårda (Turion) Tatiana P, Sal 1	19:00-19:55 <b>Flex Soft</b> Gårda (Turion) Lena R, Sal 1	19:00-19:55 <b>Yoga</b> Gårda (Turion) Åse J, Sal 2			
		19:30-20:25 <b>Skivstång</b> Gårda (Turion) Hilda F, Sal 2	19:15-20:25 <b>Box</b> Gårda (Turion) Sal 2	19:00-19:55 <b>Jympa medel</b> Gårda (Turion) Gun R, Sal 1			

			19:15-19:55 <b>Indoor walking</b> Gårda (Turion) Camila B, Indoor walking				
20:00	20:00-20:55 <b>Jympa medel</b> Gårda (Turion) Hanna Ka, Sal 1						