

Frölunda: 2017

Med reservation för ändringar

| | Mån | Tis | Ons | Tor | Fre | Lör | Sön |
|-------|--|--|---|---|--|--|--|
| 06:00 | | | | 06:45-07:30 Indoor walking Distans Frölunda Marie E, Indoor Walking | | | |
| 09:00 | | | | | 09:30-10:40 Jympa Station Frölunda Ulrika Ga | | |
| 10:00 | 10:00-10:55 Jympa Soft Frölunda Viveca C, Sal 1 | 10:15-11:05 Indoor walking Soft Frölunda Amanda S, Indoor Walking | 10:00-10:55 Inspiration med tränare Frölunda Rolf N, Gym | | | 10:15-11:10 Indoor walking Ltd edition Spurt Frölunda Lotta Bo, Indoor Walking | 10:15-11:10 Indoor walking Distans Frölunda Indoor Walking |
| 11:00 | | | 11:00-11:55 Instruktion Frölunda Rolf N, Gym | | | 11:00-11:55 Skivstång Frölunda Kristina A, Sal 2 | 11:30-12:25 Jympa Medel Frölunda Mati H, Sal 1 |
| | | | 11:30-12:25 Jympa Medel Frölunda Daniel Bl, Sal 1 | | | | |
| 12:00 | | 12:00-12:55 Instruktion Frölunda Gerardo J, Gym | | | | | |
| 13:00 | | 13:30-14:25 Instruktion Frölunda Gerardo J, Gym | | | | | |
| 15:00 | | | | | | | 15:30-18:30 Barnpassning Frölunda Johannes |
| 16:00 | | | 16:30-19:30 Barnpassning Frölunda Anna | | | | 16:30-17:25 Skivstång Frölunda Anders H |
| | | | | | | | 16:30-17:25 Indoor walking Distans Frölunda Linda Gö, Indoor Walking |
| 17:00 | 17:30-18:25 Indoor walking Ltd edition Spurt Frölunda Lena A, Indoor Walking | 17:30-18:25 Indoor walking Norska intervaller Frölunda Mia J, Indoor Walking | 17:15-18:10 Indoor walking Distans Frölunda Tomas R, Indoor Walking | 17:00-17:55 Yoga Frölunda Frida G, Sal 2 | 17:00-17:55 Power Hour Frölunda Sal 2 | | |
| | 17:30-18:25 Jympa Puls bas Frölunda Josefine T, Sal 1 | 17:30-18:25 Jympa Medel Frölunda Cecilia J, Sal 1 | 17:45-18:40 Dans fuego Frölunda Paula P | 17:15-18:10 Indoor walking Intervall Frölunda Marie T, Indoor Walking | 17:15-18:10 Indoor walking Distans Frölunda Isabelle F, Indoor Walking | | |

| | | | | | | | |
|-------|---|--|--|---|---|--|--|
| | 17:45-18:40 Power Hour Frölunda Glenn T, Sal 2 | 17:45-18:40 Core Frölunda Leena W, Sal 2 | 17:45-18:55 Jympa Station Frölunda Sal 1 | 17:30-18:25 Jympa Bas Frölunda Marie An, Sal 1 | 17:30-18:25 Jympa Medel Frölunda Daniel Bl, Sal 1 | | |
| 18:00 | 18:00-18:55 Inspiration med tränare Frölunda Linda A, Gym | 18:30-19:25 Indoor walking Distans Frölunda Joacim D, Indoor Walking | 18:00-18:55 Träna ute Jogga soft Frölunda AnnCatrin R, Ute | 18:00-18:55 Familjefys Frölunda Katarina E, Sal 2 | | | |
| | 18:30-19:25 Jympa Duo Frölunda Göran G, Susanne G, Sal 1 | 18:30-19:25 Power Hour Frölunda Christos A, Sal 1 | 18:00-18:55 Gym Intro - Gymträning Frölunda Anna Car, Gym | 18:00-18:55 Instruktion Frölunda Fabian J, Gym | | | |
| | 18:30-19:25 Indoor walking Intervall (P) Frölunda Åsa L, Indoor Walking | 18:45-19:40 Yoga Frölunda Leena W, Sal 2 | 18:45-19:40 Skivstång Frölunda Linda C, Sal 2 | 18:30-19:25 Indoor walking Distans Frölunda Marie E, Indoor Walking | | | |
| | 18:45-19:55 Skivstång intervall Frölunda Leif H, Sal 2 | | | 18:30-19:25 Jympa Medel Frölunda Nina Sö, Sal 1 | | | |
| 19:00 | 19:00-19:55 Gym Intro Frölunda Linda A, Gym | | 19:00-19:55 Ltd edition Kettlebell Move Frölunda Anna Car, Gym | 19:00-19:55 Core Frölunda Helene J, Sal 2 | | | |
| | | | 19:00-19:55 Jympa Medel Frölunda Josefin J, Sal 1 | 19:00-19:55 Instruktion Frölunda Fabian J, Gym | | | |