

Kungsgatan: 2017

Med reservation för ändringar

	Mån	Tis	Ons	Tor	Fre	Lör	Sön
10:00					10:30-11:25 Tillgänglig tränare i gymmet Kungsgatan Pelle S, Gym		10:30-11:25 Spinning Distans Puls Kungsgatan Kaisa P
11:00					11:30-12:25 Inspiration med tränare Tyngdlyftning Kungsgatan Pelle S, Gym		
					11:45-12:40 Spinning distans Kungsgatan Karoline A, Spinning		
12:00	12:00-12:55 Spinning Distans Kungsgatan Karoline A, Spinning						
17:00	17:15-18:10 Spinning Intervall Kungsgatan Jessica G, Spinning	17:00-17:55 Spinning Spurt puls Kungsgatan Kristin K, Spinning	17:30-18:25 Spinning distans licensiering Kungsgatan Anna F, Spinning	17:15-18:10 Spinning Spurt Puls Kungsgatan Björn A, Spinning			
18:00		18:00-18:55 Cirkelfys Kungsgatan Linnea A, Gym	18:00-18:55 Löpning - distans. Samling vid caféet vid Slätta Damm. Lugnt tempo Kungsgatan Karin W, Träna ute				