

Askim: 2017

Med reservation för ändringar

	Mån	Tis	Ons	Tor	Fre	Lör	Sön
10:00				10:00-10:55 Cirkelfys soft Askim Lina L	10:00-10:55 Jympa Soft Askim Ulrika H, Sal 1	10:00-10:55 Jympa B/M Askim Sal 1	
						10:30-11:25 Skivstång Askim Sal 2	
16:00					16:30-17:25 Spinning Play Askim Spinning		16:30-17:25 Spinning spurt Askim Fia N, Spinning
17:00	17:45-18:40 Spinning distans puls Askim Gunilla Be, Spinning	17:30-18:25 Spinning Askim Rickard No, Spinning	17:45-18:55 Skiv flex Askim Charlotte Bo, Sal 2	17:45-18:40 Cirkelfys Askim Lina L, Sal 2			
18:00	18:30-19:25 Skivstång soft Askim Viktoria R, Sal 2	18:15-19:10 Cirkelegym Askim Mats B, Cirkelegym	18:00-18:55 Inspiration med tränare Askim Anna Caj	18:00-18:55 Spinning puls Askim Spinning			
	18:30-19:25 Jympa Medel Askim Ingrid B-J, Sal 1	18:45-19:40 Flex Askim Sal 2	18:30-19:25 Jympa - bas Askim Kent C, Sal 1				
19:00			19:00-20:00 Instruktion Askim Anna Caj, Gym				