

Lackarebäck: 2017

Med reservation för ändringar

	Mån	Tis	Ons	Tor	Fre	Lör	Sön
09:00		09:00-09:55 Cirkelegym Lackarebäck Ulrika Ga, Cirkelegym				09:15-10:10 Skivstång Lackarebäck Carina R, Sal 2	
						09:15-10:10 Flex Lackarebäck Susanna J, Sal 1	
						09:30-10:25 Spinning Distans puls Lackarebäck Margit Å, Spinsalen	
10:00	10:00-10:55 Jympa Soft Lackarebäck Margit Å, Sal 1		10:00-10:55 Cirkelfys soft Lackarebäck Helena H, Sal 1	10:00-10:50 Spinning Soft Lackarebäck Susanne Tr, Spinsalen	10:00-10:55 Jympa Soft Lackarebäck Sal 1	10:30-11:25 Yoga Lackarebäck Göte L, Sal 1	
						10:30-11:25 Jympa Bas Lackarebäck Jill J	
11:00	11:15-12:10 Spinning Spurt puls Lackarebäck Björn A, Spinsalen		11:30-12:25 HIT Lackarebäck Ulrika Ga, Sal 1	11:15-12:10 Spinning Intervall Lackarebäck Alexandra H, Spinsalen			
12:00		12:00-12:55 Jympa Medel Lackarebäck Katarina M, Sal 1			12:00-12:55 Spinning Intervall Play Lackarebäck		
15:00			15:30-16:25 Spinning Distans Play Lackarebäck		15:30-16:25 Spinning Distans puls Lackarebäck Evelina E, Spinsalen		
16:00							16:00-16:55 Instruktion Lackarebäck Kevin W, Gym
							16:00-19:00 Barnpassning Lackarebäck Amy
							16:30-17:25 Spinning - Intervall Play Lackarebäck
17:00	17:00-17:55 Jympa Medel Lackarebäck Charlotte I, Sal 1	17:00-17:55 Jympa Bas Lackarebäck Anneli S, Sal 1	17:00-18:10 Skivstång intervall Lackarebäck Pernilla B, Sal 2	17:00-17:55 Jympa Medel Lackarebäck Michael A, Sal 1	17:00-17:55 Skivstång Lackarebäck Jessica S, Sal 2		17:00-17:55 Core soft Lackarebäck Carina M, Sal 1

	17:15-18:25 Spinning Distans Lackarebäck Isabell D, Spinsalen	17:00-20:00 Barnpassning Lackarebäck Matilde	17:15-18:10 Jympa Bas Lackarebäck Maria Od, Sal 1	17:30-18:25 Cirkelegym Lackarebäck Thim N*, Cirkelegym	17:15-18:10 Spinning Spurt puls Lackarebäck Vivi-Anne T, Spinsalen		17:00-17:55 Gym Intro Lackarebäck Kevin W, Gym
	17:30-18:25 Gym Intro Lackarebäck Peter H, Gym	17:30-18:25 Skivstång Lackarebäck Jessica S, Sal 2	17:30-18:25 Spinning Distans Lackarebäck Maria W, Spinsalen	17:30-18:25 Core Lackarebäck Lotta L, Sal 2			17:30-18:40 Skivstång intervall Lackarebäck Anna Eb, Sal 2
18:00	18:00-18:55 Jympa Bas Lackarebäck Anette M, Sal 1	18:00-19:00 Träna ute Cross, Herkulesgården Lackarebäck Moa R, Ute	18:15-19:10 Yoga Lackarebäck Karin E (y), Sal 2	18:00-18:55 Jympa Intensiv Lackarebäck Jenny R, Sal 1			18:00-18:55 Jympa Medel Lackarebäck Anja B, Sal 1
	18:15-19:25 Skivstång intervall Lackarebäck Kristina C, Sal 2	18:00-18:55 Cirkelegym Lackarebäck Ulrika Ga, Cirkelegym		18:15-19:10 Spinning Intervall (K) Lackarebäck Therese E, Spinsalen			
	18:30-19:25 Instruktion Lackarebäck Peter H, Gym	18:00-19:10 Jympa Station Lackarebäck Carina M, Sal 1		18:30-19:25 Skivstång Lackarebäck Annika W, Sal 2			
		18:30-19:25 Spinning Spurt puls Lackarebäck Vivi-Anne T, Spinsalen					
		18:30-19:40 Step styrka Lackarebäck Annika Er, Sal 2					
19:00	19:00-20:15 Yoga energy Lackarebäck Göte L, Sal 1	19:15-20:10 HIT Lackarebäck Helena H, Sal 1					