

GRUPPTRÄNINGSSCHEMA VÅRTERMINEN 2022

MÅNDAG

TISDAG

ONSDAG

TORSDAG

FREDAG

LÖRDAG

SÖNDAG

12.00 <i>COREASS</i> 30 MIN	07.00 <i>(WAKEUP)STRONGER</i> 30 MIN	12.00 <i>STRONGER</i> 45 MIN	07.00 <i>BURN</i> 30 MIN	12.00 <i>RAW</i> 45 MIN	10.00 <i>YIN YOGA</i> 75 MIN	12.00 <i>YOGA VIBE</i> 75 MIN
17.15 <i>RAW</i> 45 MIN	11.30 <i>POWERSENIORITAS</i> 45 MIN	17.15 <i>ENDURE</i> 60 MIN	10.30 <i>KICK ASS MAMAS</i> 45 MIN		13.00 <i>COREASS+</i> 45 MIN	
18.15 <i>COREASS+</i> 45 MIN	17.15 <i>STRONGER</i> 45 MIN	18.30 <i>PILATES</i> 45 MIN	14.00 <i>POWERSENIORITAS</i> 45 MIN			
19.15 <i>PILATES</i> 60 MIN	18.00 <i>BLACKBOX</i> 30 MIN	19.30 <i>YIN YOGA</i> 60 MIN	17.00 <i>YOGA VIBE</i> 75 MIN			
	18.15 <i>YOGA STRONG FLOW</i> 75 MIN		18.30 <i>STRONGER</i> 45 MIN			

