

GRUPPTRÄNINGSSCHEMA, HÖSTEN 2025

MÅNDAG

TISDAG

ONSDAG

TORSDAG

FREDAG

LÖRDAG

SÖNDAG

12.00

COREASS

30 min

07.00

BURN

30 min

12.00

YOGALATES

45 min

07.00

W.U.S.

30 min

12.00

RAW

45 min

09.30

HATHA FLOW

60 min

10.00

SOFT VINYASA

45 min

16.45

RAW

45 min

13.00

POWERSENIORITAS

45 min

16.45

ENDURE

60 min

12.00

STRONGER

45 min

11.00

COREASS+

45 min

17.45

PILATES

45 min

17.15

STRONGER

45 min

17.45

FIGHTER

60 min

13.00

POWERSENIORITAS

45 min

18.00

BB: INTERVALL

30 min

18.15

FLOW & GLOW®

60 min

19.00

YIN

60 min

17.15

PILATES

45 min

17.45

ROCKSTAR

45 min

