

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*

YIN

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



* Klassen har planerat start v. 39