



ideella
Sandby Träningscenter
- träning för hela familjen

Schema Höstlov v 44 (29/10-4/11)

Måndag 29/10	10:00-11:00 Lätt CardioCykling – Lisen 17.45-18.45 HIIT – Emma 18:30-19:45 CardioCykling – Birgitta 18:45-19:30 Start Up – Emma 19:30-20:30 Thaiboxning - Felix
Tisdag 30/10	10:35-11:35 Medicinsk Qigong - Gunilla 19:15-20:30 BJJ – Gregory/Mikael
Onsdag 31/10	18:30-19:30 Thaiboxning Nybörjare – Felix 19:30-20:30 Thaiboxning Fortsättning – Felix
Torsdag 1/11	09:30-10:30 Lätt Gympa – Margareta 17:30-18:30 Strong by Zumba – Alexandra 18:30-19:30 CardioCykling – Lisen 19:45-21:00 BJJ - Gregory/Mikael
Fredag 2/11	-
Lördag 3/11	10:00-11:00 BJJ - Gregory/Mikael 11:30-12:30 Thaiboxning – Felix
Söndag 4/11	17:00-18:00 Zumba Fitness - Alexandra

Övriga pass tar ledigt under veckan.

Kansliet och gymmet har öppet som vanligt.

Varmt välkomna!