

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag
<p>11.00 Bosu 30 (sal 2) 11.35 Spin 30 (spinningsal) 12.10 X-fit 45 (sal 2)</p> <p>17.30 Body Pump 60 (sal 1) 17.45 Zumba 1 45 min (sal 2) 18.15 Spin 45 (spinningsal) 18.45 X-fit 45 (sal 2) 18.45 Aqua Zumba 45 (pool)</p> <p>* Poolen bokad kl. 09.00-11.00.</p>	<p>07.00 X-fit 45 (sal 2) 11.30 Body Pump 45 (sal 1) 11.45 Yogaflow 55 (sal 3) 12.00 Box 45 (sal 1)</p> <p>17.30 Spin 45 (spinningsal) 18.00 Fusion 45 (sal 2) 18.30 Bosu 45 (sal 2) 18.30 Aqua Zumba 45 (pool) 19.00 Yoga Mix (sal 1)</p> <p>* Poolen bokad kl. 09.00-11.00 & kl. 14.00-16.00 samt från v10 kl. 19.30-20.15</p>	<p>11.30 Funktionell träning 30 (sal 1) 12.00 Spin 45 (spinningsal) 12.05 Bosu 45 (sal 2)</p> <p>16.00 – 18.00 Familjesim</p> <p>17.15 PowerYoga 55 (sal 3) 18.00 Dance 60 (sal 1) 18.15 Vattengymnastik 45 (pool) 18.30 X-fit 45 (sal 2)</p> <p>* Poolen bokad kl. 14.00-16.00.</p>	<p>11.00 Core 30 (sal 1) 11.45 TRX/Kettlebells 45 (sal 1) 12.00 Zumba 1 (sal 2)</p> <p>17.30 Spin 30 (spinningsal) 17.45 Aqua Zumba 45 (pool) 18.05 Core 30 (sal 2) 18.30 Bodypump 60 (sal 1)</p> <p>* Poolen bokad kl. 09.00-11.00.</p>
<p>Fredag</p> <p>07.00 Spin 45 (spinningsal) 11.30 Bosu 30 (sal 2) 11.45 Fusion 45 (sal 1) 12.05 Spin 45 (spinningsal)</p> <p>14.00 – 16.00 Familjesim</p> <p>17:00 Zumba 1 45 min (sal 2) 17.15 Yogalign 55 (sal 3) 18.00 Aqua Zumba 45 (pool)</p>	<p>Lördag</p> <p>10.00 Body Pump 60 (sal 1) 11.15 Zumba Fitness 45 (sal 2)</p> <p>09.00 – 11.00 Familjesim</p>	<p>Söndag</p> <p>10.00 Fusion 45 (sal 1) 11.00 PowerYoga 55 (sal 3)</p> <p>* Poolen bokad kl. 08.30-11.30.</p>	<p style="text-align: center;">Vårschema 2012</p> <p style="text-align: center;">Från v. 2</p> <p style="text-align: center;"></p>