

MÅNDAG

TISDAG

ONSDAG

TORSDAG

FREDAG

LÖRDAG

SÖNDAG

12.00

COREASS

30 min

07.00

BURN

30 min

07.00

ALPHA

45 min

07.00

W.U.S.

30 min

12.00

RAW

45 min

10.00

YIN YOGA

75 min

11.00

SOFT VINYASA YOGA

75 min

16.45

RAW

45 min

12.00

ROCKSTAR

30 min

12.00

YOGALATES

45 min

12.00

STRONGER

45 min

16.45

SOFT VINYASA YOGA

45 min

12.30

COREASS+

45 min

13.00

ALPHA

60 min

17.45

YOGA FUSION

50 min

13.00

POWERSENIORITAS

45 min

16.45

ENDURE

60 min

13.00

POWERSENIORITAS

45 min

18.45

PILATES

45 min

17.15

STRONGER

45 min

17.45

FIGHTER

60 min

16.45

PILATES

45 min

18.15

STRONG FLOW YOGA

75 min

19.00

YIN YOGA

60 min

17.45

ROCKSTAR

45 min



GRUPPTRÄNINGSSCHEMA | VÅR 2025
7 JANUARI - 31 MARS