



TRÄNING BJUVS GF GYMMIX

| MÅNDAG | TISDAG | ONSDAG | TORSDAG | FREDAG | LÖRDAG | SÖNDAG |
|--|---|--|--|--------|--|--|
| 16:30 - 18:00 Gympa fr. 11 år Varagårdshallen Ledare: Christina | 18:00 - 19:00 Pilates med boll Sporthallen Ledare: Sommai | 18:00 - 19:00 Spinning (Bokas på: 072-229 15 23) Klubblokal Schaktsgatan | 16:30 - 17:15 Bamsegympa 3-5 år Brogårdshallen Ledare: Louise | | 08:45 - 09:30 Familjegympa 1-3 år Varagårdshallen Ledare: Louise | 10:15 - 11:00 Powerkidz 3-5 år Sporthallen Ledare: Erica |
| 18:00 - 19:00 Gympa 8-10 år Varagårdshallen Ledare: Anette | 19:00 - 20:00 Lätt medelgympa Sporthallen Ledare: Anette | | 17:00 - 18:00 Barngympa 6-7 år Varagårdshallen Ledare: Erica | | 09:30 - 10:30 HappyHour * Sporthallen Ledare: Lotta m.fl | 18:00 - 18:45 Rumblebag / Box / Tabata Sporthallen Ledare: Ramona m.fl |
| 18:00 - 19:15 Rygg-gympa Lilla varagårdshallen Ledare: Christina | | | 17:15 - 18:00 Bamsegympa 3-5 år Brogårdshallen Ledare: Louise m.fl | | | |
| 18:00 - 19:00 Spinning (Bokas på: 072-229 15 23) Klubblokal Schaktsgatan | | | 18:00 - 19:00 Spinning (Bokas på: 072-229 15 23) Klubblokal Schaktsgatan | | | |
| 19:00 - 20:00 Intervallträning Sporthallen Ledare: Sara m.fl | | | 18:45 - 19:45 Intervallträning Sporthallen Ledare: Sara m.fl | | | |
| 19:15 - 20:15 Medelgympa Lilla varagårdshallen Ledare: Anette | | | 19:45 - 21:00 Yoga Sporthallen Ledare: Annika | | | |
| 20:00 - 21:00 NybörjarYoga Sporthallen Ledare: Sommai | | | | | | |

* Enligt publicerat schema på Facebook och hemsida