

Gruppträningschema för Invigningshelgen 31/8-1/9

Gratis 25-minuters prova-på-pass

Mer information kommer om passbokning och drop in-biljetter.

Lördag 31/8

10.30 Reebok Zone Cage

10.30 Mobility

11.00 Spinning Activio

11.00 Cirkel

11.30 Reebok Zone WOD

11.30 BodyPump

12.00 Spinning Activio

12.00 Cirkel

12.30 Reebok Zone Cage

12.30 Core Express

13.00 Spinning Activio

13.00 Cirkel

13.30 Reebok Zone WOD

13.30 Dance

14.00 Spinning Activio

14.00 Cirkel

14.30 Reebok Zone Cage

14.30 Yoga

Söndag 1/9

10.30 Reebok Zone WOD

10.30 Yoga

11.00 Spinning Activio

11.00 Cirkel

11.30 Reebok Zone Cage

11.30 Step

12.00 Spinning Activio

12.00 Cirkel

12.30 Reebok Zone WOD

12.30 BodyPump

13.00 Spinning Activio

13.00 Cirkel

13.30 Reebok Zone Cage

13.30 Core

14.00 Spinning Activio

14.00 Cirkel

14.30 Reebok Zone Lyftteknik

14.30 Mobility

15.00 Seniorträning

Vad betyder färgerna?

.... Passet hålls i Reebok Zone

.... Passet hålls i gruppträningsalen

.... Passet hålls i Cirkelområdet

.... Passet hålls i Cykelsalen