

Preliminärt (Vissa pass startar		höstschema v35 senare under terminen)			
Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag
09.30 Uteträning Mjuk 60 min	09.30 Reebok Zone Mjuk 60 min	06.30 Spinning 45 min	06.30 Reebok Zone WOD 45 min	06.30 Spinning 45 min	08.45 Reebok Zone TEAM-WOD 60 min
11.30 Spinning 30 min	09.45 Spinning 45	08.15 Core Express 30 min	09.00 Uteträning Mjuk 60 min	09.30 Reebok Zone Mjuk 60 min	10.00 Spinning 45 min
11.45 Reebok Zone Cage 45 min	10.45 Yoga 45	09.00 Uteträning Kettlebell 45 min	11.45 Reebok Zone Cage 45 min	09.30 Spinning Lågintensiv 45 min	10.00 Uteträning 45/60 min
17.00 Spinning 45 min	11.45 Uteträning 45 min	11.45 Reebok Zone WOD 45 min	17.00 Mobility 45 min	10.30 Mobility 45 min	11.00 Yoga mix 75 min
17.00 Uteträning Kettlebell 45	16.30 Reebok Zone Cage 45 min	16.30 Reebok Zone WOD 60 min	17.30 Reebok Zone Cage 45 min	11.45 Reebok Zone (TEAM) WOD 60 min	
17.00 Reebok Zone Cage 45 min	16.45 Pump Express 45 min	17.00 Core 30 min	17.45 Uteträning 45 min	16.30 Reebok Zone TEAM-WOD 45 min	Söndag
17:55 Core Express 30 min	17.30 Reebok Zone WOD 60 min	17.30 Uteträning Kettlebell 45 min	18.00 Uteträning Pump Express 45 min	16.30 Uteträning Cage 45 min	10.00 Pump Express 45 min
18:00 Yoga 45 min	17.30 Uteträning Cirkel 45 min	17.45 Reebok Zone Cage 45 min	18.00 Yinyoga 60 min	17:15 Spinning 45 min	10.00 Yinyoga 60 min
18:00 Reebok Zone WOD 60 min	17.45 Spinning 45 min	17.45 Spinning 45 min	18.00 Spinning 45 min		10.00 Reebok Zone Cage 45 min
18.00 Spinning & Pump Express 75 min	18.00 Box & Kick 60 min	18.00 Booty Step 45 min	18.00 Cirkel 45 min		16.00 Uteträning Cirkel 45 min
18.00 Uteträning Cirkel 45	18.40 Cirkel 45 min	18.45 Mobility 45 min	18.45 Reebok Zone WOD 60 min		17.00 Spinning 45 min
19.00 Yinyoga 60	18.45 Reebok Zone WOD Nybörjare 60 min	18.45 Uteträning Linedance 45 min	18.55 Core Express 30 min		17.00 Uteträning Step-Core 60 min
19.30 Uteträning Bootcamp 60 min	19.30 Yinyoga 60 min	18.45 Spinning & Pump Express 75 min			17.45 Reebok Zone WOD 60 min

