

Sommarschema 20/6-10/7-vecka 25-27

Färgerna visar vilken studio klassen hålls: **Björkhagen, Hammarbyhöjden, Bagarmossen, Utomhus**

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
8.45-9.45 Seniorstyrka Viktoria	9.00-10.15 Hatha flow Anneli			8.45-9.45 Senioryoga. Anneli Ej 24/6	9.30-10.45 Hatha flow Eva Ej 25/6	
10.00-11.00 Pilates Viktoria	10.30-11.30. Mamma Yagalates. Viktoria		10.30-11.30 Stark Mamma Viktoria Ej 23/6	10.30-11.45 UTE-Hatha flow Anneli Ej 24/6	11.00-12.15 Yinyoga Eva Ej 25/6	10.00-11.30 Hatha basic Madeleine Ej 26/6
	12.00-12.45 Spinning Viktoria	12.00-13.00 Hatha flow Anneli	12.00-13.00 Yinyoga Anneli Ej 23/6	12.00-12.45 Outdoor Training Viktoria Ej 24/6	10.00-10.45 Cirkelstyrka Xenia Endast 25/6	
					11.00-12.00 Pilates Xenia Endast 25/6	
18.00-18.30 Outdoor Training Viktoria VI möts på gymmet			17.30-18.15 Cirkelstyrka Viktoria Ej 23/6			16.15-16.45 Cirkelfys Maria Ej 26/6
18.15-19.00 Soma Move Anne	18.15-19.00 Cirkelfys & Core Åsa	18.00-19.15 Hatha flow Eva Ej 22/6.				16.45-17.15 Core/Bål Maria Ej 26/6
18.00-19.00 UTE-Hatha flow Johan Nytorpsgårde	18.00-19.00 Hatha core Anne	18.00-19.100 Pilates Xenia	19.15-20.45 Yin & yang Johan Ej 23/6			16.30-19.00 Yinyoga Anne/Erica Ej 26/6
	19.30-20.45 Yinyoga Susanne					

Sommarschema 11/7-7/8 -vecka 28-31

Färgerna visar vilken studio klassen hålls: **Björkhagen, Hammarbyhöjden, Bagarmossen, Utomhus**

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
					10.00-10.45 Cirkelstyrka Xenia Endast 6/8	
					11.00-12.00 Pilates Xenia Endast 6/8	
18.00-18.30 Outdoor Training Sarha Vi möts på gymmet						
			18.00-19.15 Hatha flow Sarha Ej 4/8			
		18.00-19.00 Pilates Xenia Ej 20/7, 27/7				

Sommarschema 8/8-21/8 -vecka 32-33

Färgerna visar vilken studio klassen hålls: **Björkhagen, Hammarbyhöjden, Bagarmossen, Utomhus**

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
					9.30-10.45 Hatha flow Rikard	
8.45-9.45 Seniorstyrka Viktoria					11.00-12.15 Yinyoga Rikard	
10.00-11.00 Pilates Viktoria	10.30-11.30. Mamma Yogalates. Viktoria		10.30-11.30 Stark Mamma Viktoria	10.30-11.45 UTE-Hatha flow Anneli Möts Yogarummet BH	10.00-10.45 CirkeylStyrka Xenia	10.00-11.30 Hatha basic Madeleine
	12.00-12.45 Spinning Viktoria	12.00-13.00 Hatha flow Anneli		12.00-12.45 Outdoor Training Viktoria Vi möts på gymmet	11.00-12.00 Pilates Xenia	
18.00-18.30 Outdoor Training Viktoria Vi möts på gymmet			17.30-18.15 Cirkelstyrka Viktoria			16.15-16.45 Cirkelfys Maria
18.15-19.00 Soma Move Josefine	18.15-19.00 Cirkelfys & Core Viktoria					16.45-17.15 Core/Bål Maria
18.00-19.00 UTE-Hatha flow Johan Nytorpsgårde	18.00-19.15 Hatha flow Susanne	18.00-19.00 Pilates Josefine	19.15-20.45 Yin & yang Johan			
	19.30-20.45 Yinyoga Susanne	19.30-20.45 Kundaliniyoga Frieda				