

PULS & TRÄNING TELEFONPLAN

Gäller från 29 april och tillsvidare

MÅNDAG

09.00
STYRKA SENIOR
55 min

10.30
MAMMA & BEBIS
45 min

11.30
CIRKELFYS
25 min

18.00
CIRKELFYS
55 min

18.30
UTOMHUSTRÄNING
55 min

19.00
YIN YOGA
75 min

TISDAG

11.30
YOGA
55 min

18.00
CIRKELFYS PULS
45 min

19.00
CORE & BOOTY
55 min

ONSDAG

09.00
STYRKA SENIOR
55 min

10.30
MAMMA & BEBIS
45 min

11.30
CORE
25 min

18.00
CIRKELFYS
55 min

19.00
YOGA
75 min

TORSDAG

18.00
SOMA MOVE®
45 min

19.00
CORE & BOOTY
55 min

FREDAG

09.00
PULS SENIOR
55 min

18.00
WOD
45 min

LÖRDAG

10.00
CIRKELFYS
55 min

11.00
YIN YOGA
75 min

SÖNDAG

10.00
YOGA
75 min

17.30
STYRKA TABATA
25 min

18.00
CORE
25 min

● DAGPASS ● KVÄLLSPASS

Drop-in gäller på alla pass. Ändringar i schemat kan förekomma. Besök oss på pulsochtraning.se eller vår Facebooksida för att se aktuellt schema eller andra aktiviteter.