

PULS & TRÄNING TELEFONPLAN

Gäller från 2 september och tills vidare

MÅNDAG

09.00
STYRKA SENIOR
55 min

10.30
MAMMA & BEBIS
40 min

11.30
CIRKELFYS
25 min

18.00
CIRKELFYS
55 min

19.00
YIN YOGA
70 min

TISDAG

11.30
YOGA
55 min

18.00
CIRKELFYS
55 min

19.00
CORE & BOOTY
55 min

20.00
BALANS & RÖRLIGHET
25 min

ONSDAG

09.00
STYRKA SENIOR
55 min

10.30
MAMMA & BEBIS
40 min

11.30
CORE
25 min

18.15
SOMA MOVE®
40 min

19.00
YOGA
70 min

TORSDAG

10.30
FÖRÄLDRAFYS
40 min

18.00
CIRKELFYS
55 min

19.00
CORE & BOOTY
55 min

FREDAG

09.00
PULS SENIOR
55 min

11.00
FÖRETAGSPASS (SALEN BOKAD)
55 min

18.00
WOD
40 min

LÖRDAG

10.00
CIRKELFYS
55 min

11.00
YIN YOGA
70 min

SÖNDAG

10.00
YOGA
70 min

17.30
TABATA
25 min

18.00
CORE
25 min

● DAGPASS ● KVÄLLSPASS

Drop-in gäller på alla pass. Ändringar i schemat kan förekomma. Besök vår hemsida eller Facebooksida för att se aktuellt schema eller andra aktiviteter. Läs mer om våra pass på pulsochtraning.se/grupptraining