

PULS & TRÄNING TELEFONPLAN

Gäller från 1 oktober och till vidare

MÅNDAG

09.00
STYRKA SENIOR
55 min

10.30
MAMMA & BEBIS
40 min

11.30
CIRKELFYS
40 min

17.30
CIRKELFYS
40 min

18.15
CIRKELFYS
40 min

19.00
YIN YOGA
70 min

TISDAG

11.30
HATHA YOGA
55 min

18.00
CORE & BOOTY
55 min

ONSDAG

09.00
STYRKA SENIOR
55 min

10.30
MAMMA & BEBIS
40 min

11.30
CORE
25 min

18.00
CIRKELFYS
55 min

19.00
HATHA YOGA
70 min

TORSDAG

10.30
FÖRÄLDRAFYS
40 min

18.15
SOMAMOVE®
40 min

19.00
CORE & BOOTY
55 min

FREDAG

11.00
FÖRETAGSPASS
55 min, (SALEN BOKAD)

17.30
WOD (Workout Of the Day)
55 min

LÖRDAG

10.00
CIRKELFYS
55 min

11.00
YIN YOGA
70 min

SÖNDAG

10.00
HATHA YOGA
70 min

16.30
STYRKA SKIVSTÅNG
55 min

● DAGPASS ● KVÄLLSPASS

Drop in gäller på samtliga 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/grupptraaning