

PULS & TRÄNING NYNÄSHAMN

Gäller från 18 januari och tillsvidare

MÅNDAG

09.30
UTEFYS
40 min, Estö utegym

11.30
RPM®
45 min, sal B

17.15
CIRKELFYS
40 min, sal A

18.00
CORE
30 min, sal A

18.15
RPM®
30 min, sal B

19.00
CYKEL
55 min, sal B

TISDAG

12.00
BODYPUMP®
45 min, sal A

17.00
BODYPUMP®
45 min, sal A

18.00
BODYCOMBAT®
45 min, sal A

19.00
BODYBALANCE®
45 min, sal A

ONSDAG

11.30
CIRKELFYS
40 min, sal A

17.00
UTEFYS
40 min, Estö utegym

18.00
CORE
30 min, sal A

18.45
SOMA MOVE
45 min, sal A

19.00
RPM®
45 min, sal B

20.00
BODYPUMP®
55 min, sal A

TORSDAG

11.30
UTEFYS
40 min, Estö utegym

16.30
RPM®
30 min, sal B

17.00
CIRKELFYS
25 min, sal A

17.45
BODYCOMBAT®
45 min, Sal A

FREDAG

11.30
CIRKELFYS
45 min, sal A

16.45
BODYPUMP®
45 min, sal A

17.45
RPM®
30 min, sal B

LÖRDAG

10.00
RPM®
55 min, sal B

SÖNDAG

09.00
RPM®
45 min, sal B

10.00
CIRKELFYS
40 min, sal A

16.30
BODYSTEP®
25 min, sal A

17.15
BODYPUMP®
45 min, sal A

18.15
BODYBALANCE®
45 min, sal A

19.15
YINYOGA
25 min, sal A

● DAGPASS ● KVÄLLSPASS

Passen kan bokas en vecka i förväg. 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