

PULS & TRÄNING TELEFONPLAN

Gäller från 1 maj tillsvidare

MÅNDAG

09.00
STYRKA SENIOR
55 min

10.30
MAMMA & BEBIS
40 min

11.30
CIRKELFYS
40 min

17.25
CIRKELFYS
40 min

18.15
CIRKELFYS
40 min

19.10
YINYOGA
55 min

TISDAG

11.30
HATHA YOGA
55 min

17.45
CORE & BOOTY
55 min

19.00
HIIT
55 min

ONSDAG

09.00
STYRKA SENIOR
55 min

10.30
MAMMA & BEBIS
40 min

11.30
CORE
25 min

18.00
CIRKELFYS
40 min

19.00
HATHA YOGA
70 min

TORSDAG

10.30
FÖRÄLDRAFYS
40 min

11.30
STYRKA & CORE
40 min

18.00
SOMA MOVE®
40 min

19.00
CORE & BOOTY
55 min

FREDAG

LÖRDAG

10.00
UTEFYS
55 min

11.15
YINYOGA
70 min

SÖNDAG

10.00
HATHA YOGA
70 min

16.00
STYRKA SKIVSTÅNG
55 min

● DAGPASS ● KVÄLLSPASS

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