

Gruppträning USM på Mariehem VT-24

Måndag

Core Challenge 30 17.25

Cykel 25 18.00

Cykel 45 18.30

Power step 45 18.30

Yoga Flow 55 19.20

Tisdag

Yoga Flow 45 17.00

Cykel 45 18.00

Body Pump 60 18.55

Gymfloor 45 19.15

Onsdag

Gymfloor 45 06.45

Boost 45 16.40

Cykel 45 16.45

Body Pump 17.40

Torsdag

Cykel 45 17.10

Body Pump 45 18.00

Power Step 45 18.50

Fredag

Body Pump 45 11.30

Yoga Yin 55 16.00

Lördag

Gymfloor 60 / 45 09.00 (ojämna veckor 60 min, jämna veckor 45 min)

Cykel 45 10.00

Söndag

Yoga Slow 55 10.00

Cykel 55 17.00

Boost 45 18.05

Vi reserverar oss för ändringar under terminen. Du hittar alltid aktuellt utbud för dagen i vår bokningsapp eller www.usm.nu



