

Mariehem

Måndag

09:30 Senior Styrka & Puls 40 min
11:00 Cykel 45 min
17:30 Cykel 25 min
18:00 Core Challenge 30 min
18:00 Cykel 45 min
19:00 Yoga Yin 55 min

Tisdag

17:00 Yoga Flow 45 min
18:00 Cykel 55 min
19:15 X-training 45 min

Onsdag

06:45 X-training 45 min
17:00 X-training 45 min
17:30 Cykel 45 min

Torsdag

11:00 Senior Styrka & Puls 50 min
17:00 Cykel 25 min
17:30 Core Challenge 30 min
17:30 Cykel 45 min

Fredag

11:30 X-training 45 min
16:00 Yoga Yin 55 min

Lördag

09:00 X-training 60 min
10:00 Cykel 45 min

Söndag

10:00 Yoga Slow 55 min
16:00 X-training 45 min
17:00 Cykel 55 min

Vi reserverar oss för eventuella ändringar.