Gruppträning InMo v.34-51

PT- 4plats | PILATES | FYS | YOGA | KURS

Start 21 aug 23

TID	MÅNDAG	TISDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG	LÖRDAG	SÖNDAG	TID
07:00		PILATES MATTA Eva						07:00
07:15	FYS Wahab	PILATES PT Grupp Jamie I Gym	KONDITION Viktor K	FYS Agathe	PILATES PT Grupp Jamie			07:15
07:30			PILATES BARREL Jaime		RÖRLIGHET Göran			07:30
07:45								07:45
08:00	PILATES MATTA Eva	PILATES PT Grupp Eva		PILATES MATTA Eva	PILATES PT Grupp Jamie			08:00
08:15		PILATES PT Grupp Jamie			PILATES PULS Eva/ Alex/ Susanne			08:15
08:30			PILATES PT Grupp Alex					08:30
08:45								08:45
09:00							PILATES PT Grupp Jamie	09:00
09:15						GARUDA Brett		09:15
09:30	PILATES MATTA Marlene		PILATES PULS Alex		PILATES MATTA Marlene			09:30
09:45								09:45
10:00		PILATES PT Grupp Jamie		PILATES PT Grupp Jamie				10:00
10:15								10:15
10:30						FYS Nicho/ Caroline	PILATES MATTA Brett	10:30
10:45								10:45
11:00		PILATES KURS Susanne		PILATES KURS Susanne			PILATES PT Grupp Jamie	11:00
11:15								11:15
11:30						UNGDOMSFYS Nicho/ Caroline		11:30
11:45								11:45
12:00		PILATES PT Grupp Eva						12:00
12:15	FYS Göran PILATES MATTA Alex		STYRKA Caroline	FYS Agathe PILATES MATTA Susanne	STYRKA Caroline			12:15
12:30								12:30
12:45								12:45
13:00	PILATES PT Grupp Alex							13:00
13:15								13:15
13:30			PILATES PT Grupp Alex	PILATES PT Grupp Alex				13:30
13:45								13:45
14:00								14:00
14:15								14:15
14:30								14:30
14:45								14:45
15:00								15:00
15:15								15:15
15:30					MEDIYOGA Jenny			15:30
15:45								15:45
16:00		UNGDOM FYS Nicho RYGG REHAB Eva/ Charlotta		RYGG REHAB Eva/ Charlotta				16:00
16:15								16:15
16:30								16:30
16:45								16:45
17:00	GRAVIDPILATES PT Grupp Eva	PILATES PT-Grupp Eva						17:00
17:15								17:15
17:30								17:30
17:45								17:45
18:00	PILATES MATTA Eva KONDITION Agathe	FYS Caroline PILATES MATTA Brett	RÖRLIGHET Agathe PILATES BARRE Susanne	KONDITION Nicho PILATES PLAYGROUND Jaime				18:00
18:15								18:15
18:30								18:30
18:45								18:45
19:00	PILATES PT-Grupp Eva		MEDIYOGA Jenny					19:00
19:15								19:15
19:30								19:30
19:45								19:45
20:00								20:00