

NAJADENS

FITNESS CENTER

SOMMAR SCHEMA, vecka 26-32

ÖPPETTIDER

Måndag – Torsdag 05:30 – 22:00,
Fredag 05:30 – 20:00,
Lördag 07:30 – 12:00,
Söndag 09:00 – 12:00 samt 16:00-20:00

Måndag

17:45 CXWORK 30min	Sussie
18:00 CROSSFIT	
18:15 ZUMBA	Maria
18:15 BODYBIKE Sprint 30min	Sussie

Tisdag

17:45 BODYPUMP	Nina
18:00 BODYBIKE 45min	Sussie
18:50 POWERYOGA	Sussie
19:00 CROSSFIT	

Onsdag

17:45 BEN/GLUTEUS 45min	Viktor
18:00 CROSSFIT	
18:30 BODYBIKE 45min	Viktor

Torsdag

18:00 CIRKELPASS	Katrin
19:00 CROSSFIT	

Fredag

11:30 CIRKELPASS 45min	Viktor
------------------------	--------

Lördag

09:00 BODYBIKE 50min	Putte
10:00 BODYPUMP	Nina
10:00 CROSSFIT Team-WOD	

Söndag

17:00 FUNCTIONAL STRENGTH	Viktor
10:00 CROSSFIT	



Ingen Barnpassning vecka 26-32.