

Sommarschema

Gruppträning v.20-25



Vecka 20 (11-17/5)

Måndag	17.30	Muskelpass	<i>Lisa</i>
	18.30	ZUMBA	<i>Angelica</i>
Tisdag	18.00	PILOXING	<i>Cilla</i>
Onsdag	19.00	Tabata	<i>Sofia</i>
Torsdag		STÄNGT - KRISTIHIMMELSFÄRD	
Fredag	17.00	ZUMBA	<i>Emma</i>
Söndag	18.30	Aerobic Intensiv	<i>Margot</i>

Vecka 21 (18-24/5)

Måndag	17.30	Muskelpass	<i>Lisa</i>
	18.30	ZUMBA	<i>Angelica</i>
Tisdag	18.00	PILOXING	<i>Cilla</i>
Onsdag	19.00	Tabata	<i>Sofia</i>
Torsdag	18.30	Cardiomuscle	<i>Margot</i>
	18.30	Crosstraining	<i>Lisa</i>
Fredag	17.00	ZUMBA	<i>Emma</i>
Söndag	18.30	Aerobic Intensiv	<i>Margot</i>

Vecka 22 (25/5-31/5)

Måndag	17.30	Muskelpass	<i>Lisa</i>
	18.30	ZUMBA	<i>Angelica</i>
Tisdag	18.00	PILOXING	<i>Cilla</i>
Onsdag	19.00	Tabata	<i>Sofia</i>
Torsdag	18.30	Cardiomuscle	<i>Margot</i>
	18.30	Crosstraining	<i>Lisa</i>
Fredag	17.00	ZUMBA	<i>Emma</i>
Söndag	18.30	Aerobic Intensiv	<i>Margot</i>

Vecka 23 (1-7/6)

Måndag	17.30	Muskelpass	<i>Lisa</i>
	18.30	ZUMBA	<i>Angelica</i>
Tisdag	18.00	PILOXING	<i>Cilla</i>
Onsdag	19.00	Tabata	<i>Sofia</i>
Torsdag	18.30	Cardiomuscle	<i>Margot</i>
	18.30	Crosstraining	<i>Lisa</i>
Fredag	17.00	ZUMBA	<i>Emma</i>
Söndag	18.30	Aerobic Intensiv	<i>Margot</i>

Vecka 24 (8-14/6)

Måndag	17.30	Muskelpass	<i>Lisa</i>
	18.30	ZUMBA	<i>Angelica</i>
Tisdag	18.00	PILOXING	<i>Cilla</i>
Onsdag	19.00	Tabata	<i>Sofia</i>
Torsdag	18.30	Cardiomuscle	<i>Margot</i>
	18.30	Crosstraining	<i>Lisa</i>
Söndag	18.30	Aerobic Intensiv	<i>Margot</i>

Vecka 25 (15-16/6)

Måndag	17.30	Muskelpass	<i>Lisa</i>
	18.30	ZUMBA	<i>Angelica</i>
Tisdag	18.00	PILOXING	<i>Cilla</i>

Sommaruppehåll!

Vi önskar er alla en härlig, varm och solig sommar!
Vi startar upp vår gruppträning i augusti - håll utkik på www.helensdansskola.nu för mer schema och startdatum!

Vi ses i höst!

// Lisa, Angelica, Cilla, Sofia, Emma & Leticia!

