

# Gruppträning VINTER 2014-2015

Ordinarie schema t.o.m vecka 50

## Vecka 51

<b>Mån 15/12</b>	kl.18.00 Muskelpass	kl.19.00 Zumba
<b>Tis 16/12</b>	kl.18.00 Piloxing	
<b>Ons 17/12</b>	kl.18.00 Aerobic Basic	kl.19.00 TABATA
<b>Tors 18/12</b>	kl.17.30 Core	kl.18.30 Cardiomuscle
<b>Fre 19/12</b>	kl.17.00 Zumba	

**LEDIGT SÖNDAG 21/2**

## Vecka 52

**LEDIGT MÅNDAG 22/12-FREDAG 26/12**

<b>Sön 28/12</b>	kl.17.30 Pilates	kl.18.30 Aerobic Int
------------------	------------------	----------------------

## Vecka 1

<b>Mån 29/12</b>	kl.18.00 Muskelpass
<b>Tis 30/12</b>	kl.18.00 Piloxing

**LEDIGT ONSDAG 31/12 – FREDAG 2/1**

<b>Sön 4/1</b>	kl.18.30 Aerobic Int
----------------	----------------------

## Vecka 2

**LEDIGT MÅNDAG 5/1 – TISDAG 6/1**

**ORDINARIE VÅRSHEMA F.R.OM ONSDAG 7/1**

Finns att se på hemsidan!



*Vi syns! /Margot, Lisa, Cilla, Emma & Leticia!*