

Hej alla motionärer!

Vår härliga instruktör Linda tar en paus i sitt instruerande och lägger sin energi på att kombinera heltidsjobb med studier och vardag. Detta stöttar och respekterar vi för fullt och önskar henne all lycka!

Vi välkomnar vår nya instruktör Elin som främst kommer köra Muskelpass men även hjälpa till med Core och Cardiomuscle under våren.

Linda kör sina pass som vanligt till och med vecka 7 och därefter kommer de två följande veckorna se ut som följer;

Vecka 8

<u>Mån</u>	17 feb	Muskelpass 19:30	Mia
<u>Tors</u>	20 feb	Core 17:30	Elin
	20 feb	Cardiomuscle 18:30	Elin
<u>Fre</u>	21 feb	Muskelpass 17:00	Mia

Vecka 9

<u>Mån</u>	24 feb	Muskelpass 19:30	Mia
<u>Tors</u>	27 feb	Core 17:30	Elin
	27 feb	Cardiomuscle 18:30	Elin

Från och med vecka 10, måndagen den 3 mars, kommer vårens pass och instruktörer se ut som följande;

Måndag 17:30 ZUMBA GOLD (Basic)/Afro dance Angelica/Annette

Måndag 18:30 ZUMBA Leticia

Måndag 19:30 Muskelpass Elin

Tisdag 18:00 Piloxing Cecilia

Onsdag 19:00 TABATA Mia

Torsdag 10:30 Mamma-Barn träning Hanna *NYHET!*

Torsdag 17:30 Core 45 min Margot

Torsdag 18:30 Cardiomuscle Margot

Torsdag 18:30 ZUMBA Leticia

~~**Fredag 17:00** Muskelpass~~ **UTGÅR fr.om vecka 10 p.g.a för få deltagare.**

Söndag 16:30 BodyPower Mia

Söndag 17:30 ZUMBA Jonna

Söndag 18:30 Aerobic Intensiv 75 min Margot

Observera att de ändringar som blir är instruktörsskifte samt att fredagens muskelpass utgår på grund av för litet intresse.

