



VÅRTERMINEN 2022

Gäller från 10 januari.
Första veckan är gratis att prova på.

Husiegårds Idrottshus						Bäckagård
måndag	tisdag	onsdag	torsdag	fredag	lördag	söndag
17.30 Yoga Souha	17.30 Brädgympa Ursula	16.45 Super Dance Stars 11-13 år	16.30 Yompa Souha	16.30 Zumba Gold Julia	9.30 Yoga Souha	9.00 Barngympa sköldpaddan
18.30 Step Dina	18.30 Barre Anna	17.50 Core 30 min Dina	17.30 Yoga för stela män Souha	17.30 Hiit utomhus Anders/Anna	10.30 Zumba Sussie	10.00 Barngympa zebran
19.30 BodyPower Dina	19.30 Dance Latin Mix Nathalie	18.30 Danceaerobic Dina	18.30 Boxning/Hiit Anette		11.30-12.30 Mini Stars 4-6 år	11.00 Barngympa lejonet
		19.40 Yoga Ulrika	19.30 Pilates Anette		12.45 - 13.45 Dance Stars 7-10 år	12.00 Barngympa giraffen

Spinninghallen						
måndag	tisdag	onsdag	torsdag	fredag	lördag	söndag
18.30 Spinning Kenneth/Ulf		18.30 Spinning Ulf/Ulrika			8.30 Spinning Kenneth	

Videdals privatskola						
måndag	tisdag	onsdag	torsdag	fredag	lördag	söndag
17.00 Zumba Gold Sussie	17.30 Cirkelträning Anette					
18.00 Gympa Sussie						

Vi reserverar oss för eventuella förändringar. Bokningsschemat på hemsidan är alltid uppdaterat.

HJÄRTLIGT VÄLKOMMEN!