



# Sommarpass v21-v25



## Vecka 21

Måndag	17:00 Muskelmix	Lina
	19:00 Utepass kondition/styrka	Sandra
Tisdag	18:15 Spinning/Styrka* 90min	Julia
Onsdag	16:45 Spinning/styrka 90min	Maria, Sandra
Torsdag	18:30 Cirkelstyrka	Linda Ä

## Vecka 22

Måndag	19:00 Utepass kondition/styrka	Sandra
Onsdag	16:45 Spinning/styrka 90min	Maria, Sandra
Torsdag	18:30 Cirkelstyrka	Linda Ä

## Vecka 23

Måndag	17:00 Muskelmix	Lina
Tisdag	18:30 Coreboll/TRX/KB	Carina
Onsdag	16:45 Spinning/styrka 90min	Maria, Sandra
Torsdag	18:30 Cirkelstyrka	Linda Ä
Fredag	16:30 Aktivera Tabata 45min	Caroline

## Vecka 24

Måndag	18:30 HIIT	Carina
Tisdag	11:30 Muskelmix 45min	Lina
Torsdag	18:30 Cirkelstyrka	Linda Ä
Fredag	16:30 Aktivera Tabata 45min	Caroline

## Vecka 25

Måndag	19:00 Utepass kondition/styrka	Sandra
Tisdag	18:00 Spinning	Linda N



# Sommarpass v32-v35



## Vecka 32

Tisdag	18:30 Cirkelfys	Caroline
Onsdag	18:30 HIIT	Marie
Fredag	16:30 Aktivera Tabata 45min	Linda N

## Vecka 33

Onsdag	16:45 Spinning	Maria
	18:30 HIIT	Marie
Fredag	16:30 Aktivera Tabata 45min	Caroline

## Vecka 34

Tisdag	18:30 Cirkelfys	Caroline
Onsdag	16:45 Spinning	Maria
	18:30 HIIT	Marie
Fredag	16:30 Aktivera Tabata 45min	Linda N

## Vecka 35

Onsdag	16:45 Spinning	Maria
	18:30 HIIT	Marie
Fredag	16:30 Aktivera Tabata 45min	Linda N