



VÅRTERMIN 2021

v.5-21 - (1/2-30/5) - Uppehåll v.9 & 14

MÅNDAG	TISDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG	LÖRDAG	SÖNDAG
	Pilates Öppen 7:00-7:30 på plats i studion			Pilates Öppen 6:30-7:15 på plats i studion	PowerYoga 9:00-10:00 på plats & online	
Mamma Ute/Cirkel 10:00-10:45 på plats		Mamma Pilates 10:00-10:45 start v6 & 15 på plats i studion			Pilates Tower 10:15-11:00 på plats i studion	Mindful Moves 10:00-11:00 online
	Senior Pilates Nyb. 11:00-11:45 på plats i studion	Senior Pilates 11:00-11:45 på plats i studion				
Bootcamp 11:30-12:00 ute/inne	Mjuk Yoga 12:00-12:30 på plats & online	Pilates Matta 12:00-12:30 på plats & online	Pilates Öppen 11:30-12:00 på plats i studion	Pilates Tower 12:00-12:45 på plats i studion		
Pilates Apparat 17:30-18:15 start v6 & 15 på plats i studion	PowerYoga 17:00-17:45 på plats & online	Mobility 17:45-18:30 på plats i studion	Löpklass Ute 18:00-19:00 start v9 utomhus	Bootcamp 17:15-17:45 ute/inne		
Pilates Tower 18:30-19:15 på plats i studion	Pilates Tower 18:00-18:45 på plats i studion	Pilates Matta 18:45-19:30 på plats i studion	Pilates Matta Small Props 18:00-18:45 på plats i studion			
Mjuk Yoga 19:30-20:15 på plats & online	Zumba 19:00-20:00 på plats & online		Pilates Tower 19:00-19:45 - FULLT på plats i studion			