



VÅRTERMIN 2022

v.4-21 - (24/1-29/5) - uppehåll v.9 och v.15

MÅNDAG	TISDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG	LÖRDAG	SÖNDAG
	Pilates Öppen 7:00-7:30 på plats i studion	Mamma Pilates 10:00-10:45 start v.4 & 12 på plats i studion		Pilates Öppen 6:30-7:15 på plats i studion	Pilates Öppen 9:00-9:45 på plats i studion	
MammaCirkel 10:00-10:45 start v.4 på plats i studion		Senior Pilates 11:00-11:45 på plats i studion		Zumba Gold 10:45-11:15 start v.4, 10, 16 på plats i studion		
MammaUte 10:00-10:45 start v.12 utanför kliniken	Senior Pilates Nyb. 11:00-11:45 på plats i studion	Pilates Öppen 12:00-12:30 på plats & online	Pilates Öppen 11:30-12:00 på plats i studion	Pilates Tower 11:30-12:15 - FULLT på plats i studion		
Bootcamp 11:30-12:00 ute/inne	Yogalates 12:00-12:30 på plats & online	Pilates Tower 17:00-17:45 på plats i studion				
Pilates Intro 17:00-17:45 på plats i studion	PowerYoga 17:00-17:45 på plats & online	Pilates Tower 18:00-18:45 på plats i studion		Pilates Barre 17:15-17:45 start v.10, 16 på plats i studion		
Pilates Tower 18:00-18:45 - FULLT på plats i studion	Pilates Öppen 18:00-18:45 på plats i studion	Pilates Apparatus 18:00-18:45 start v.4, 10, 16 på plats i studion	Pilates Öppen 18:00-18:45 på plats i studion			
Mjuk Yoga 19:00-19:45 på plats & online	Pilates Tower 19:00-19:45 - FULLT på plats i studion	Mobility 19:00-19:45 på plats i studion	Pilates Tower 19:00-19:45 - FULLT på plats i studion			