

Höstschemat 2017

Stora Salen

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
16.30 - 17.00 GRIT strenght - Maria	17.00-17.30 Tabata-Kattis	16.30-17.15 Body pump - Jessica	17.00 - 17.45 Nyhet: Kettlebell/Core-Sara	11.45-12.30 *Tabata-Sofi *Cirkelträning-Margit	09.00-10.00 Body Pump Emma/Maria/Jessica	16.00 - 17.00 Body combat - Maria
17.05 - 17.50 Sh´bam - Maria	17.30-18.00 Kettlebell-Kattis	17.00-17.45 Pass i Crossfitburen *Sofi/Tobias	18.00 - 19.00 Body Pump-Maria	16.30-17.00 Grit Mix- Maria		17.05 - 17.45 *Crosstraining-Sofi *Mixklass-Louise
17.55-18.40 Crosstraining - Sofi	18.00-19.00 Bodycombat-Maria	17.20-17.50 CX Works -Maria	19.05-20.05 Body Balance-Margit	17.05-17.50 Sh´Bam-Maria		17.55-18.55 Yoga, tøj & stretch - Kattis
18.50-19.50 Body Pump - Emma	19.05-20.05 Louko Moves-Erik	17.55-18.40 Kettlebell/Mixklass *Tobias/Louise				
		18.45-19.45 * MRL-Sara *Tabata/Yoga,Tøj, Strech-Kattis				

Funcsalen

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
18.00-18.40 Core boll - Elli			17.30-19.00 Spin/Core 60/30 Pär			
18.45-19.45 Spin/Core 30/30 Mäjt & Margit						

0250 59 58 37

www.morataningscenter.se

info@morataningscenter.se

