

GYMMIX UPPLANDS-BRO GRUPPTRÄNING SCHEMA HT 2022 – VECKA 35 TOM VECKA 50

MÅNDAGAR	TISDAGAR	ONSDAGAR	TORSDAGAR	FREDAGAR	LÖRDAGAR	SÖNDAGAR
10.30-11.15 Promenad Samling Coop Kungsängen Kjerstin	10.00-11.00 Seniorstyrka Danssalen Helena	NYHET! 10.00-11.00 Föräldrafys Danssalen Frida	10.00-11.00 Seniorgympa Danssalen Helena		09.00-10.00 Hatha Yoga Bergaskolan Linda	18.00-19.00 Gympa Classic Lillsjöskolan Maria
18.00-19.00 Gympa Energy Lillsjöskolan Lillemor	18.00-19.00 Tabata Styrka Spegelsalen Kamilla	NYHET! 18.00-19.00 Flex Movement Lillsjöskolan Annika	18.00-19.00 Tabata Lillsjöskolan Lillemor/Sara		09.30-10.30 Heavy Bootycore Spegelsalen Mylay	19.00-20.30 Yinyoga Danssalen Ewa
NYHET! 19.00-20.00 Gymmix WOD - Workout of the day Spegelsalen Kattis	18.30-19.30 Zumba Brunnaskolan Sara	19.00-20.00 Cirkelfys Spegelsalen Maria	19.00-20.00 Skivstång Styrka & Puls Spegelsalen Micke		10.00-11.00 Funktionell Intervall Lillsjöskolan Lotta	
19.00-20.00 Spinning Spinningsalen Victoria		19.00-20.00 Spinning Spinningsalen Anna				

BRA TRÄNING NÄRA DIG TILL FÖRMÅNLIGA PRISER! LÄS MER PÅ VÅR HEMSIDA [GYMMIXUPPLANDS-BRO.SE](https://www.gymmixupplands-bro.se)