

Schema maj 2024

Ryhmäliikunta toukokuu

2024

Må - Ma 17.15-18.15 In- and Outdoor Cross

Tis - Ti 6.45-7.30 Circuit training

18-19 Cycling

18-19 Mobility & Strength

Ons - Ke 17.30-18.30 Retro

19-20 Cross Strength

Tors - To 17.30-18.30 Bootcamp

Fre - Pe 17-17.45 Cycling

Sö- Su 17-18 In- and Outdoor Cross

Outdoor timmar: Vi träffas alltid vid gymmet. Vid ösregn tränar vi enbart inne. Boka er via bokningssystemet och dra kortet som vanligt när ni kommer.

Outdoor tунnit: Tapaamme aina salilla. Kaatosateella treenataan sisällä. Varaa paikkasi tunneille Kulkurin kautta ja muista käyttää korttia lukijalla kun tulet tunnille.

Välkommen och träna!



Tervetuloa treenaamaan!