

Schemat gäller tom 23/6 2022 med undantag för storhelger & lov. Se hem- & Facebooksida för information.

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
		07:45-09.00 Gymmix Medel * Stig			08.00-09.00 Gymmix Medel * Stig	
	10.30-11.30 Gymmix Lätt * Gun	10.30-11.30 Dansmix * Elisabeth			INNAN DU TRÄNAR MED OSS: -Före och efter träning gäller handtvätt samt rengöring av matta och redskap (tex klot, hantel) -Håll avstånd -STANNA HEMMA VID FÖRKYLNINGSSYMTOM -Prislista, passbeskrivningar, info om eventuellt inställda pass etc finner du på vår facebook sida	
	12.15-12.50 SOMA MOVE Lotta	12:15-12:45 HIIT Anna-Karin E	12:15-12:45 HIIT Marie	12.15-12.50 SOMA MOVE Therese		
17.15-18.00 CIRKELFY Lena H		17.15-18.00 SOMA MOVE Lotta	16.20-17.35 Gymmix Medel * Anna-Maria	16.30-17.15 HIIT Lena H		
17.30-18.30 Gymmix Medel * Stig	18.15-19.00 HIIT Marie	18.15-19.00 STYRKA Mia	17.45-18.35 Zumba Fitness Sandra & Anna			
18.30-19.45* Gymmix Medel ** Elisabeth	19.10-20.00 Zumba Gold Sandra & Anna	19.15-20.30 YOGA * Lena S	18.45-19.10 STYRKA Mia			
18.35-19.50 YOGA * Lena S	19.00-20.00 SPRINGTISDAG *** Tomas & Martin	* = Slutar innan v.25. Se hemsidan för exakta datum ** = Gymnastiksalen på Iggesundskola *** = Samling vi entrén				
20.00-21.00 STYRKA & KONDITION Jill	Nyhet! 20:10-21:10 Body Love Yoga Anna-Karin W Nyhet!					

VÄLKOMNA!

Frågor? Maila gymmix@hudikgympan.nu

Hemsida: www.hudikgympan.nu/gymmix

Facebooksida:

www.facebook.com/gymmixhudiksvall



Söndag
19.00-19.45
SOMA MOVE
Therese