

Lördag 5/3	Måndag 7/3	Tisdag 8/3	Onsdag 9/3	Torsdag 10/3	Fredag 11/3	Lördag 12/3
08:00-09:00 <b>Gymmix Medel</b> <i>Stig</i>	17.30-18.30 <b>Gymmix Medel</b> <i>Stig</i>	10.30-11.30 <b>Gymmix Lätt</b> <i>Gun</i>	07:45-09:00 <b>Gymmix Medel</b> <i>Stig</i>	12:15-12:45 <b>HIIT</b> <i>Marie</i>	16.30-17.15 <b>HIIT</b> <i>Lena H</i>	08.00-09.00 <b>Gymmix Medel</b> <i>Stig</i>
09:30-10:15 <b>Soma Move</b> <i>Lotta</i>	17.15-18.00 <b>CIRKELFYS</b> <i>Lena H</i>	18.15-19.00 <b>HIIT</b> <i>Marie</i>	10.30-11.30 <b>Dansmix</b> <i>Elisabeth</i>	17.45-18.35 <b>Zumba Fitness</b> <i>Sandra &amp; Anna</i>		
	18.30-19.45 <b>Gymmix Medel **</b> <i>Elisabeth</i>	19.10-20.00 <b>Zumba Gold</b> <i>Sandra &amp; Anna</i>	12:15-12:45 <b>HIIT</b> <i>Anna-Karin E</i>	18.45-19.10 <b>STYRKA</b> <i>Anna</i>		
	18.35-19.50 <b>YOGA</b> <i>Lena S</i>	<i>Nyhet!</i> 20:10.21:10 <b>Body Love Yoga</b> <i>Anna-Karin W</i> <i>Nyhet!</i>	19.15-20.30 <b>YOGA</b> <i>Lena S</i>			

\*\* = Gymnastiksalen,  
Iggesunds skola

**VÄLKOMNA!**

Schemaet gäller 5-12/3 2022, med reservation för ändringar. Prislista, passbeskrivningar, info om eventuellt inställda pass etc finner du på vår hemsida [www.hudikgympan.nu](http://www.hudikgympan.nu) (Välj fliken gymmix).

Frågor? Maila [gymmix@hudikgympan.nu](mailto:gymmix@hudikgympan.nu)

**Innan du tränar med oss:**

- Före och efter träning gäller handtvätt samt rengöring av matta och redskap (tex hantlar, Klot)
- Håll avstånd
- STANNA HEMMA VID FÖRKYLNINGSSYMTOM

**Ingen platsbokning.**  
**Drop-in på alla pass!**

**Alla från 13 år & uppåt är välkomna** ❤️

[facebook.com/gymmixhudiksvall](https://facebook.com/gymmixhudiksvall)