

Movin' Skogås

schema för Våren 2024



Veckodag	Tid	Träningsform	Ledare	Lokal
Måndag	9 - 10	Funktionell träning	Åsa	Dansen
Tisdag	19 - 20	Gympa	Jenny / Sonja	Stora hallen
Torsdag	10 - 11	Gympa soft	Eva / Irene	Dansen
Torsdag	19 - 20	<i>se separat schema nedan</i>	Christel / Jenny / Sonja	Dansen
Lördag	10 - 11	Stationsträning	Christel	Dansen
Söndag	16 - 17	Gympa	Jenny / Sonja	Stora hallen

Torsdag	Träningsform	Ledare
11-jan	Multifys	Christel
18-jan	Multifys	Jenny
25-jan	Stationsträning	Sonja
01-feb	Multifys	Jenny
08-feb	Multifys	Christel
15-feb	Stationsträning	Sonja
22-feb	Multifys	Christel
29-feb	Stationsträning	Christel
07-mar	Multifys	Jenny
14-mar	Stationsträning	Sonja
21-mar	Multifys	Jenny
28-mar	Stationsträning	Sonja

Torsdag	Träningsform	Ledare
04-apr	Multifys	Jenny
11-apr	Multifys	Christel
18-apr	Stationsträning	Sonja
25-apr	Multifys	Jenny
02-maj	Multifys	Christel
09-maj	Stationsträning	Sonja
16-maj	Multifys	Jenny
23-maj	Multifys	Christel
30-maj	Stationsträning	Sonja
06-jun	Multifys	Jenny
13-jun	Multifys	Christel