

Small Group & Gruppträning & Online

Vår 2021 v.3 - v.22

Måndag		Tisdag		Onsdag		Torsdag		Fredag		Lördag		Söndag	
Small Group	Grupp	Small Group	Grupp	Small Group	Grupp	Small Group	Grupp	Small Group	Grupp	Small Group	Grupp	Small Group	Grupp
		8:00 Apparat Catrin		8:00 Functional Dynamic Catrin					8:00 SomaMove Catrin				
9:00 Functional Dynamic Catrin	9:00 Pilates Matwork Ines			9:00 Apparat Rosanna		9:00 Functional Dynamic Ines		9:00 Apparat Julie	9:00 Matwork Catrin		9:00 Matwork Alternerar		
	*10:15 balance4U Ines		*10:15 Body Awareness Catrin				*10:15 Pilates Awareness Ines	11:15 Barre Reformer Julie	*10:15 MamBaby Julie		10:15 SomaMove Alternerar		
			**12:00 Posture30 Catrin				**12:00 Posture30 Rosanna		**12:30 PWR4U30 Catrin	Workshop Apparat Nybörjare 11:15 Se web för mer info!	Workshop Pilates Nybörjare 11:15 Se web för mer info!		
			*17:00 Pilates Awareness Ines						16:00 POP-UP 1g/mån				
18:00 Apparat Catrin	17:45 Pilates Matwork Marie		*18:10 balance4U Ines		*18:00 SomaMove Jessi	18:00 Apparat Anna							
	19:00 Matwork Challenge Catrin	19:00 Apparat Ines			19:00 Matwork Rosanna	19:00 Apparat Basic Anna							
				20:00 Apparat Challenge Rosanna			20:00 BarreLess Barre 45 Alternerar						

*Klasser går både online och IRL på studion

**Klasser går endast online

ONLINE-KLASSER ligger öppna t.o.m v. 8 till en början!