

Sommarschema 2020

Vecka 26-36

Måndag	2020	v26	v 27	v 28	v 29	v 30	v 31	v 32	v 33	v 34	v 35	v 36
18.45-19.15 L	CXWORX®30											
19.20-20.05 L	LM TONE®45											
19.00-19.45	iMEiT Cykel 45	✘	✘	✘	✘	✘	✘	✘	✘			
Tisdag												
19.00-19.45	BODYPUMP®45	✘	✘	✘	✘	✘	✘	✘	✘			
Onsdag												
18.30-19.00	GRIT											
Torsdag												
17.00-17.40	utegymsträning SCA arena											
19.10-20.10	BODYBALANCE											
19.00-19.45	iMEiT Cykel 45	✘	✘	✘	✘	✘	✘	✘	✘	✘		
Lördag												
10.00-10.30 UTE	CXWORX®30			✘	✘	✘	✘	✘				
10.45-11.30	utegymsträning Holmsund											
Söndag												
18.10-19.10 L	BODYPUMP®60	✘	✘	✘	✘	✘	✘	✘	✘			

ONLINETRÄNING

Varje vecka hela sommaren kan du träna följande pass på vår youtubekanal - Storsjöhallen

Yinyoga med Maine

Bodybalance med Lollo

Mindfulyoga med Anne

Zumba Gold med Anne

Seniorträningsspass med Evelina, Peter och Anne

Vid regn ställs utomhuspassen in –
detta meddelas endast via vår
Facebook sida

Grönt - 5 gratisplatser bokas via FB

Gratispass i parken

Blått - inomhus på Storsjöhallen

Grått med kryss - uppehåll



Välkommen till en skön träningsommar

Våra utomhuspass hålls i Storsjöparken och är GRATIS för alla under sommaren.

För utegymsträningen/GRIT gäller att vi har några gratisplatser som kan bokas via vår Facebooksida.

Pass som hålls inomhus kan bokas av kunder med giltiga kort. Övriga kunder kan komma och delta och Swisha 130 kr på plats.