



Jul- och Nyårsschema 2023/2024



Vecka 51 / 2023

Lördag 23/12

09.00 Multifys
11.00 Jympa

Söndag 24/12 – Julafton

09.00 Multifys



BÅSTAD

Vecka 52/ 2023

Måndag 25/12 – Juldagen

09.15 Temapass

Tisdag 26/12 – Annandag Jul

09.00 Spin intervall
09.15 Skivstång 45
16.00 Spin intervall
16.00 Temapass

Onsdag 27/12

06.00 Multifys 45
09.30 Jympa soft
17.30 Spin Grand Prix

Torsdag 28/12

09.30 Spin soft
09.30 Cirkelgym soft
17.00 IW intervall
18.00 Jympa
18.00 Cirkelgym HIT
19.30 Yoga

Fredag 29/12

09.30 Skivstång soft
17.15 Spin distans

Lördag 30/12

09.15 Cirkelgym

Söndag 31/12 – Nyårsafton

11.00 Jympa

Vecka 1 / 2024

Måndag 1/1 – Nyårsdagen

15.30 Skivstång

Tisdag 2/1

06.00 Spin distans play
– Digital ledare
09.30 Multifys soft
17.30 Multifys
18.30 Skivstång 45

Onsdag 3/1

06.00 Multifys 45
09.30 Jympa soft
17.30 Spin Grand Prix
17.30 Cirkelgym IW

Torsdag 4/1

09.30 Spin soft
09.30 Cirkelgym soft
17.00 IW Intervall
18.00 Jympa
18.00 Cirkelgym HIT
19.30 Yoga

Fredag 5/1 – Trettondagsafton

09.30 Skivstång
17.15 Spin distans

Söndag 7/1 – Trettondedag jul

16.00 Jympa
17.00 Spin intervall watt
18.30 Yinyoga

Vi önskar er alla en riktigt
God Jul och ett Gott Nytt År

Friskis&Svettis Båstad

E-post: reception@bastad.friskissvettis.se Adress: Stenhusvägen 11 A

Hemsida: friskissvettis.se/bastad

Facebook: [@friskissvettisbastad](https://www.facebook.com/friskissvettisbastad)

Entré Båstad

Telefon: 0431- 65 01 65

Alla passen är 55 minuter långa
om ej annat anges.

Vi reserverar oss för schemaändringar.
Delar av anläggningen låses då
receptionen stänger.