



Påskschema 2022

(med reservation för ändringar)

IW: Indoor Walking

CG: Cirkelgym

HIT: Hög Intensiv Träning

Trelleborg

MÅNDAG 11 april

09.00-10.00	Multifys soft	Bengt	Stora hallen
17.00-18.00	Multifys	Maria	Stora hallen
17.10-18.10	Cirkelgym	Inga-Lill	Multihallen
18.00- 19.00	IW spurt	Susann	IW-hallen
18.10-19.10	Jympa soft	Gun	Stora hallen
18.30-19.30	Skivstång	Vlada	Multihallen

TISDAG 12 april

09.00-10.00	Cirkelgym soft	Bengt	Multihallen
09.00-10.00	Jympa soft	Karin	Stora hallen
17.00-17.45	Utefys 45	Carin	Friskis parkering
17.00-18.00	Coreflex	Sandra	Stora hallen
17.10-18.10	Cirkelgym HIT	Anne	Multihallen
18.10-18.50	IW soft 40	Sandra	IW-hallen
18.20-19.20	Jympa	Charlotta	Stora hallen
18.30-19.40	Skivstångintervall 70	Malin	Multihallen
19.00-20.00	IW intervall	Andrea	Stora hallen

ONSDAG 13 april

09.00-10.00	Cirkelgym soft	Anne	Multihallen
17.00-18.00	Cirkelgym	Bengt	Multihallen
17.10-18.10	IW Spurt	Gunilla	IW-hallen
18.00-19.00	Jympa	Andrea	Stora hallen
18.10-19.10	HIT	Maria	Multihallen
19.10-20.10	Yoga	Jenny	Stora hallen



TORSDAG 14 april

09.00-10.00	Jympa soft	Karin	Stora hallen
16.00-17.00	Cirkelgym HIT	Amanda	Multihallen
17.30-18.30	IW intervall	Linda	IW-hallen
18.10-19.10	Coreflex soft	Sandra	Stora hallen
18.40-19.40	Skivstång soft	Linda	Multihallen

LÅNGFREDAG

09.00-10.00	Cirkelfys	Susann	Multihallen
-------------	-----------	--------	-------------

PÅSKAFTON

09.30-11.00	PÅSKEVENTPASS <i>Ett påskägg fyllt med styrka, kondition, rörlighet och massor med skoj</i>	Helene och Linda	Stora/Multihallen
-------------	--	------------------	-------------------

PÅSKDAGEN

09.00-10.00	Cirkelgym	Anne	Multihallen
10.30-11.15	Löpning 45 (drop in)	Anne	Östervångsparken
16.00-17.00	Multifys	Inga-Lill	Stora hallen
17.15-18.15	Jympa medel	Mats	Stora hallen

ANNANDAG PÅSK

09.00-10.00	Multifys soft	Inga-Lill	Stora hallen
16.00-17.00	Power Hour	Carin	Stora hallen
17.10-18.10	Jympa soft	Gun	Stora hallen
18.00- 19.00	IW spurt	Susann	IW-hallen
18.30-19.30	Skivstång	Vlada	Multihallen