

Schema HT 2026

2026-07-02

måndag	tisdag	onsdag	torsdag	fredag	lördag	söndag
09:45 Coreflex soft* Margit Å	06:30 lw distans 45 Malin J	09:15 Coreflex soft Susanne C	06:30 Spin distans 45 Malin J	09:30 Cirkelgym Patrik Å/Åsa T	09:15 Indoor walking rullande	09:15 Spin distans/soft rullande
10:00 Jympa Lisa L	09:15 Yoga soft play 45 digitalt pass	09:45, IW distans 40 Pia M	09:45 Seniorklubben** Göran A, Lena N, Marianne F	10:00 Jympa soft Annika P	09:30 Spin distans 30 Mimmi H	10:00 Jympa/Cirkelfys rullande
09:45 Cirkelgym Anki L	10:00 Jympa soft Lotta N	10:00 Seniorklubben** Bitte S, Brith M, Cinna G	10:00 Multifys soft Anki L	11:30 lw distans Anna M	09:30 Jympa Nina N	10:30 Skivstång soft Marita M
11:00 Spin soft Klara L	11:30 Cirkelfys soft Klara L	10:30 Cirkelgym Anders T	17:00 Split bål Anna Sk	16:30 Cirkelgym Anna H	10:00 Cirkelgym rullande	16:00 Knatteklubben*** Mona, Sandra, Thea, Åsa T
11:15 Seniorklubben ** Gunilla LM, Karin K, Maria H	17:15 Cirkelgym Dennis M	17:00 Multifys soft Annik R & Marika F	17:00 Jympa Carina Ho, Lotta N	16:30 Jympa Camilla J/Elna H	10:00 Multifys ute**** Anna Sk & Maria A	16:30 Cirkelgym Anneli G
17:00 Split bål Maria A	17:30 Skivstång 40 Heléne F	17:30 IW spurt Pernilla Z	17:30 lw distans 45 Graciela GM	16:45 Spin intervall 45 Mimmi H	10:15 Yinyoga 45 Mimmi H	
17:00 Jympa Hanna F/Linn A	17:30 Spin intervall Krister He (gäst)	17:30 Cirkelgym rullande	17:45 Spin intervall 45 Krister He (gäst)	17:30 Split bål Mimmi H		
17:30 Spin spurt watt Mimmi H	18:00, Multifys/soft Bea A/Hillevi J	17:30 Dans fusion Anna M	18:00, Skivstång int Linn A	17:30 Jympa intensiv Åsa L		
17:20 lw spurt Maria A	18:15 Jympa Birgitta S	17:45, Spin distans Jocke A/Martin L	18:00 Cirkelgym Åsa T			
17:30 Coreflex soft Anneli G	18:20 lw intervall 40 Heléne F	18:00 Jympa Emma O, Linda J	18:40 Yoga 70 Graciela GM			
17:45 Cirkelgym Christina U		19:00 Multifys skivst Anna Sk				
18:00 Multifys Pernilla N						
18:45 Yoga 70 Graciela GM						
19:00 Jympa soft Linda J/Marika F						

*) från oktober

**) vecka 38-49

***) vecka 38-48

****) konstgräsplanen vid Björndammens Simhall

Soft

Ute