

Höstterminen 2026 Friskis Torsås

Start vecka 36

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Söndag
10:00-11:00 Jympa Soft Stol* Marianne Torsås Sporthall D-hall	16:30-17:30 Jympa Soft Lena Hagby Sporthall	10:00-11:00 Jympa Soft Stol* Anita Torsås Sporthall D-hall	17:00-18:00 Multifys Soft* Annika Torsås Sporthall D-hall	10:00-11:00 Yoga Git Torsås Sporthall D-hall	17:00-18:15 Skivstång Intervall* Mia Torsås Sporthall D-hall
15:30-16:30 Jympa Soft Anita Torsås Sporthall C-hall	17:30-18:30 Yoga Anette Torsås Sporthall D-hall	18:00-19:00 Jympa Soft Ewa-Lotte Bergkvara Gymnastiksal	18:15-19:15 Skivstång* Start 10/9 Ida Torsås Sporthall D-hall	17:15-18:00 Spinning* Varierande Torsås Sporthall	17:30-18:30 Jympa Start 4/10 Varierande Torsås Gymnastiksal
17:15-18:15 Familjejympa 2-6 år m. vuxen Start 7/9 Ann Torsås Gymnastiksal	18:00-19:00 Jympa Soft Anita Torsås Gymnastiksal	18:00-19:00 Dans Explode* Mia Torsås Sporthall D-hall	18:30-19:25 Spin Spurt 55* Martin Torsås Sporthall		
18:30-19:15 Spin Distans 45* Katarina Torsås Sporthall	18:45-19:45 Multifys* Pia Torsås Sporthall D-hall	18:00-18:45 Spin Intervall 45* Sanna Torsås Sporthall			
18:45-20:00 Cirkelfys** Annica Torsås Gymnastiksal		19:00-19:50 Coreflex* Nina Torsås Sporthall D-hall			

* Bokning krävs för att vara med på detta pass

** Från 10 år i vuxens sällskap



friskis