

Vårterminen 2026 Friskis Torsås

Start 12/1

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 55 Git Torsås Sporthall D-hall	17:00-18:15 Skivstång Intervall* Mia Torsås Sporthall D-hall
15:30-16:30 Jympa Soft Start 19/1 Anita Torsås Sporthall C-hall	18:00-19:00 Jympa Soft Anita Torsås Gymnastiksal	18:00-19:00 Jympa Soft Ewa-Lotte Bergkvara Gymnastiksal	18:15-19:15 Skivstång* Ida Torsås Sporthall D-hall	17:15-18:00 Spinning* Varierande Torsås Sporthall	17:30-18:45 Jympa Varierande Torsås Gymnastiksal
17:15-18:15 Familjejympa 2-6 år m. vuxen Ann Torsås Gymnastiksal	18:30-19:30 Multifys* Pia Torsås Sporthall D-hall	18:00-19:00 Dans Explode* Mia Torsås Sporthall D-hall	18:30-19:15 Spin Intervall 45* Martin Torsås Sporthall		
18:30-19:15 Spin Distans 45* Katarina Torsås Sporthall			19:15-20:00 Coreflex 45* Nina Torsås Sporthall D-hall		
18:45-19:45 Cirkelfys** Annica Torsås Gymnastiksal					

* Bokning krävs för att vara med på detta pass

** Från 10 år i vuxens sällskap



friskis