

TIMEPLAN RØDE DAGER

MAI & JUNI



Mandag 1. mai

Åssiden:

10:30 Sykkel Shape 60
11:45 CXWORX™
18:00 Sykkel Balance 45
18:55 BODYPUMP™

Lier:

10:00 BODYBALANCE™
17:45 Les Mills SPRINT™
18:00 Zumba

Marienlyst

Ingen timer

Tirsdag 16. mai

Åssiden:

06:30 Sykkel Fun 30
07:00 Akro Styrke 30
09:00 Sykkel Balance 45
10:00 BODYPUMP™
17:00 Sykkel Power 50
18:00 BODYBALANCE™

Lier:

06:30 Sykkel Fun 45
09:00 Godt Voksen
09:15 Sykkel Balance 45
10:00 Akro Bootcamp
17:00 BODYVIVE™
18:00 Sykkel Fun 45
18:00 Akro Cross

Marienlyst:

09:00 Sykkel Shape 45
10:30 Yoga Flow
17:00 Zumba 30
17:10 Sykkel Power 50
17:30 Akro Booty 30
18:00 BODYPUMP™

Torsdag 25. mai Kr. Himmelfartsdag

Åssiden:

10:00 Sykkel Fun
10:30 Zumba
11:00 Akro Booty 30

Lier:

10:15 Sykkel Shape 45
11:00 Akro Styrke 30

Marienlyst:

10:30 Sykkel Shape 45
11:30 Yoga Flow

Mandag 5. juni 2. Pinsedag

Åssiden:

10:30 Sykkel Shape 45
11:45 CXWORX™
18:00 Sykkel Balance 45
18:55 BODYPUMP™

Lier:

10:00 Sykkel Shape 45
11:00 BODYBALANCE™
17:45 Les Mills SPRINT™
18:00 Zumba

Marienlyst:

10:00 Sykkel Shape 45
11:00 Zumba

17. Mai
utgår alle
gruppetimer!