



HÖSTSCHEMA 2020

7 sep – 20 dec (v.37 – v.51)

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
GRIT 12.00 - 12.30 Madeleine Sal 1	<i>OBS! Morgon- och lunchpass kommer att dyka upp som pop-up kontinuerligt så följ oss i sociala medier.</i>				Attack45 09.00 – 09.45 Kristin Sal 1	Core45 10.00 - 10.45 Emil Sal 2
LesMills Barre 16.45 - 17.15 Johanna Sal 1	Balance45 17.15 – 18.00 Elin / Mia Sal 2	SH'BAM 16.45 - 17.30 Caroline Sal 1	Combat 17.00 – 18.00 Karin Sal 1	GRIT 16.25 - 16.55 Leena Sal 1	BodyPump 10.00 - 11.00 Sandra Sal 1	
Balance30 17.20 – 17.50 Johanna Sal 1	BodyJam 17.30 - 18.30 Susanne Sal 1	BodyStep30 17.35 - 18.05 Mia Sal 1	CXWorx 17.30 - 18.00 Lillis Sal 2	AfHo 17.00 - 17.50 Katta Sal 1	BodyJam45 11.10 - 11.55 Leena Sal 1	BodyJam 15.30 - 16.30 Caroline Sal 1
BodyStep45 17.55 - 18.40 Sara Sal 1	Core45 18.05 - 18.50 Emil Sal 2	Core30 18.10 - 18.40 Mia Sal 2	Attack30 18.00 – 18.30 Rebecca Sal 1			HIT45 16.30 - 17.15 Stina Sal 1
BodyPump45 18.45 - 19.30 Lillis Sal 1	Combat 18.35 – 19.35 Johanna Sal 1	BodyPump 18.10 - 19.10 Emil Sal 1	Balance45 18.35 – 19.20 Rebecca Sal 1			Balance 18.00 - 19.00 Hanan Sal 1
GRIT 18.45 - 19.15 Satu Sal 2	HIT60 19.00 - 20.00 Stina Sal 2	HIT60 18.45 - 19.45 Sandra Sal 2	BodyPump 19.25 - 20.25 Sara Sal 1			
BodyAttack 19.35 - 20.30 Satu Sal 1		BodyAttack 19.15 - 20.15 Karin Sal 1				

Måndagar kl.19.20 **Löpfys** med Fredrik - 10 veckor, from vecka 37 (7 sep) tom vecka 46 (9 nov).



KRAFT i samarbete med **ASK (Allmänna Sportklubben)**.

När du är medlem på KRAFT tränar du fritt på ASK. För att kunna gymträna på ASK (öppettider 5.00-22.00) varje dag krävs en tagg som du kvitterar ut mot en engångskostnad på 100 kr.



KRAFT i samarbete med **Member24 Eskilstuna**.

När du är medlem på KRAFT tränar du fritt på Member24's tre gym i Eskilstuna.

Följ oss:

