



HÖSTSCHEMA 2021

30 aug – 19 dec (v.35 – v.50)

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
<i>OBS! Morgonpass kommer att dyka upp som pop-up så följ oss i sociala medier.</i>					Attack45 09.00 – 09.45 Kristin Utomhus	
LesMills Barre 16.45 - 17.15 Johanna Sal 1		Core45 16.15 - 17.00 Emil Sal 2		GRIT 12.00 - 12.30 Madeleine Sal 1	BodyPump 10.00 - 11.00 Sandra Sal 1	BodyJam 11.00 - 12.00 Caroline Sal 1
GRIT 17.45 - 18.15 Satu Sal 2	BodyPump 17.00 – 18.00 Emil Sal 1	SH'BAM 17.00 - 17.45 Caroline Sal 1	BodyCombat 17.15 – 18.15 Karin Sal 1	BodyPump45 15.45 - 16.30 Lillis Sal 1		
SH'BAM 17.25 - 18.10 Johanna Sal 1	BodyJam55 18.10 - 19.05 Susanne Sal 1	BodyPump45 18.00 - 18.45 Rebecca Sal 1	LesMills Core 17.30 - 18.15 Lillis Sal 2	AfHo 16.45 - 17.35 Katta Sal 1		HIT45 16.30 - 17.15 Stina Sal 1
Attack45 18.20 - 19.05 Satu Sal 1	HIT60 19.00 - 20.00 Stina Sal 2	GRIT 18.15 - 18.45 Leena Sal 2	BodyStep45 18.30 – 19.15 Sara Sal 1			Balance 18.00 - 19.00 Hanan Sal 1
Balance45 18.25 - 19.10 Mia Sal 2	Combat45 19.15 – 20.00 Johanna Sal 1	Balance45 18.55 - 19.40 Rebecca Sal 2	HIT60 18.30 – 19.30 Sandra Sal 2			
BodyStep45 19.15 - 20.00 Mia Sal 1		BodyAttack 19.00 - 20.00 Karin Sal 1	BodyPump45 19.30 - 20.15 Sara Sal 1			



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 Träning Eskilstuna (medlemsgrupp)
>> KRAFT Träning Eskilstuna (FB-sida)

[instagram.com/krafttraning/](https://www.instagram.com/krafttraning/)

Boka pass på:
krafttraning.bokadirekt.se