

SCHEMA #STRONGTOGETHER2017

	STUDIO ROSA	STUDIO GRÖN	STUDIO BLÅ	PLAYGROUND	STUDIO GUL
09.00	09.00–10.00 Bodypump <i>Cristine Skogastierna, Michael Steenhouwer</i>	09.10–10.10 Body Balance <i>Tor Andersen</i>	09.30–10.00 SPRINT <i>Team Nordic Wellness</i>		09.00–10.00 Föreläsning: Nyckeln till resultat <i>Mårten Nylen</i>
10.00				10.00–10.30 Go hard or go home <i>Team Nordic Wellness</i>	
11.00	10.15–11.15 Cardio Step <i>Karin Björneloo</i>	10.20–11.20 Body Attack <i>Kimmo Jukuri</i>	10.10–10.50 In-Trinity <i>Amanda Lundgren, Linda Adehög</i>		10.30–11.30 Föreläsning: Stark som en björn, snabb som en örn <i>Kalle Zackari</i>
				11.00–11.30 OCR by Military Fitness <i>Tommy Carlsson</i>	
12.00	11.25–11.55 GRIT Plyo <i>C. Skogastierna, E. Orosz</i>	11.30–12.15 Zumba, Dance & Shake <i>Mathias Sundqvist</i>	11.15–12.15 Cykel <i>Team Maja Josefsson</i>		11.45–12.45 Föreläsning: T.B.A. <i>Karl Dyall</i>
	12.15–12.45 CXWORX <i>Michael Steenhouwer</i>	12.25–13.10 Body Jam <i>Kimmo Jukuri</i>		12.00–12.30 Ultimate training <i>Mårten Nylen</i>	
13.00	13.00–14.00 Cirkelträning <i>Kalle Zackari</i>	13.15–14.00 T.B.A. <i>Karl Dyall</i>	13.00–13.40 In-Trinity <i>Maja Josefsson, Linda Adehög</i>		13.00–14.00 Föreläsning: Att våga följa sitt hjärta <i>Malin Berghagen</i>
14.00	14.00–15.00 Mjölkysyra deluxe <i>Paolo Roberto</i>	14.10–15.10 Dans <i>Åsa Fornander</i>	14.30–15.10 In-Trinity <i>Sofie Roback, Ewa Hermansson Korosec</i>	14.10–14.40 Stroops <i>Team Casall</i>	
15.00	15.15–15.45 GRIT Strength <i>Team Nordic Wellness</i>	15.20–16.05 Move Together <i>Karin Björneloo, Belmin Belic</i>	15.30–16.00 SPRINT <i>Team Nordic Wellness</i>	15.00–15.30 Push your limit <i>Team Nordic Wellness</i>	
16.00	16.00–17.00 Yoga <i>Malin Berghagen</i>	16.15–17.15 Body Combat <i>Team Nordic Wellness</i>		16.00–16.30 Higher level <i>Team Nordic Wellness</i>	16.00–17.00 Föreläsning: Det finns inga genvägar <i>Paolo Roberto</i>
17.00					

Med reservation för eventuella ändringar.