

# PRELIMINÄRT SCHEMA

	MÅNDAG	TISDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG	LÖRDAG	SÖNDAG
06.00	06.30-07.15 – Cykel 45 Cykelsalen		06.30-07.00 – Cxworx Stora salen	06.30-07.15 – Cykel 45 Cykelsalen	06.00-07.00 – Cykel 60 Cykelsalen		
07.00	07.00 - 07.45 – Bodypump Stora salen	07.00-07.45 – Yoga 45 Stora salen	07.00-08.00 – Cykel 60 Cykelsalen	07.00-07.45 – Bodybalance 45 Stora salen			
08.00	08.40-09.15 – Yoga 45 Stora salen		07.10-08.10 – Yoga 60 Stora salen		08.00-08.45- Yoga 60 Stora salen		
09.00						09.00-09.45 –Bodybalance 45 Stora salen	
10.00		10.00-11.00 – Senior 60 Stora salen		10.00-11.00 – Senior 60 Stora salen		09.45-10.45- Crosscage 45 Crosscage	10.00-11.00 – Yoga 60 Stora salen
11.00	11.30-12.00 – Tabata 30 Stora salen	11.30-12.15 – Cykel 45 Cykelsalen	11.30-12.15 - Cykel 45 Cykelsalen	11.30-12.30 – Cardiostep Stora salen	11.30-12.00 – Grit C Stora salen	11.00-11.45- Bodyatttack 45 Stora salen	10.00-10.45- Shbam 45 Stora salen
12.00	11.30-12.00 – Sprint 30 Cykelsalen	11.45-12.30 – Crosscage 45 Crosscage	11.30-12.15 – Bodypump 45 Stora salen	11.50-12.20- Cykel 30 Cykelsalen	12.00-12.45- Cykel 45 Cykelsalen		10.30-11.30 – Crosscage 60 Crosscage
13.00	11.30-12.15– Crosscage 45 Crosscage	12.00-13.00 – Cardiostep Stora salen	12.25-12.55- Bodybalance 30 Stora salen	12.00-12.45- Crosscage 45 Crosscage	12.10-12.40- Grit Plyo Stora salen		
14.00	12.10-12.40 – Cxworx Stora salen		12.45-13.30 – Crosscage 45 Crosscage	12.40-13.10 –Cxworx Stora salen		14.00-15.00 –Crosschallenge Stora salen	
15.00		16.30-17.00 – Cxworx Stora salen	16.30-17.00- Sprint Cykelsalen	16.00-17.00 – Yoga 60 Stora salen	16.15-17.00 –Crosscage 45 Crosscage		16.20-16.50-Cxworx Stora salen
16.00	17.00-17.10 – Grit Cardio Stora salen	16.30-17.30 – Cykel 60 Cykelsalen	16.30-17.30 – Crosscage 60 Crosscage	17.10-18.10 - Zumba 60 Stora salen	16.15-17.15 Cykel 60 Cykelsalen		17.00-18.00- Bodypump 60 Stora salen
17.00	17.00-18.00 – Cykel 60 Cykelsalen	17.10-17.40 – Grit plyo Stora salen	16.45-17.15- Tabata Stora salen	17.15-18.15- Cykel 60 Cykelsalen	16.40-17.25- Bodypump 45 Stora salen		17.00-18.00 – Cykel 60 Cykelsalen
18.00	17.40-18.25 – Bodycombat Stora salen	17.45-18.30- Cykel 45 Cykelsalen	17.30-18.15 – Crosschallenge 45 Stora salen	18.00-19.00 – Crosscage 60 Crosscage	17.40-18.25- Bodyjam 45 Stora salen		
19.00	17.15-18.15 – Crosscage 60 Crosscage	17.50-18.35 – Bodyattack 45 Stora salen	17.30-18.30- Cykel 60 Cykelsalen	18.15-19.00- Bodypump 45 Stora salen			
20.00	18.40-19.40 – Cardiostep Stora salen	18.15-19.15- Crosscage 60 Crosscage	17.45-18.15 – Crosscage 60 Crosscage	19.10-19.50 – Cxworx Stora salen			
	19.45-20.45 – Yoga 60 Stora salen	18.45-19.30- Bodypump 45 Stora salen	18.30-19.30- Bodypump 60 Stora salen				
		19.40-20.40 – Yoga 60 Stora salen	19.40-20.40- Bodyjam 60 Stora salen				