

Gruppträning

Lilla salen/ innergården

	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
06:00							
07:00				Morgonyoga 07.00-8.00 Yvonne			
08:00							
09:00	Stationsträning 9.15-10.00 Alexandra/Frida Innergården				Stationsträning 9.15-10.00 Mattias Innergården		
10:00							
11:00							
12:00							
13:00							
14:00			Sationsträning 14.00-14.45 Mattias Innergården				
15:00							Medi-Yoga 15.30-16.30 Jennifer
16:00							Medi-Yoga 16:45-17:45 Jennifer
17:00	Hatha Yoga 17.15-18.15 Yvonne			Mediyoga 17.30-18.30 Jennifer			
18:00							
19:00	YinYoga 18.30-19.30 Yvonne						
20:00							