

Vattengymnastik vårterminen 2024

	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
06:00	06.30-20.00	06.30-20.00	06.30-20.00	06.30-20.00	06.30-17.45		
07:00	Städ 06.30-08.00		Städ 06.30-08.00		Städ 06.30-08.00		
08:00			Herr-pass 08.00-08.45 Alexandra				
09:00		Vattengympa 09.30-10.15 Medelpass			vattengympa 9.30-10.15 Medelpass	09.00-14.00 Bokbara tider 09.00-10.00	
10:00		Vattengympa 10.30-11.15 Medelpass		Vattengympa 10.00-10.45 Lätt	Vattengympa 10.30-11.15 Intensivpass	Bokbara tider 10.00-11.00	
11:00	Vattengympa 11.00-11.45 Medelpass	Vattengympa 11.30-12.15 medelpass		Vattengympa 11.00-11.45 Medelpass	Vattengympa 11.30-12.15 Medelpass	Bokbara tider 11.00-12.00	
12:00	Vattengympa 12.00-12.45 medelpass		Vatten-fys 12.30-13.15 Intensiv			Bokbara tider 12.00-13.00	
13:00				Vattengympa 13.00-13.45 Medelpass		Bokbara tider 13.00-13.45	
14:00		Vattengympa 14.00-14.45 Medelpass	Vattengympa 14.30-15.15 Medelpass				14.00-19.00 Bokbara tider 14.00-15.00
15:00		Vattengympa 15.00-15.45 Medelpass	Vattengympa 15.30-16.15 Intensiv				Bokbara tider 15.00-15.45
16:00	Vattengympa 16.30-17.15 Intensiv	Vattengympa 16.00-16.45 Medelpass	Vattengympa 16.30-17.15 Intensiv	Rörlighet & balans 16.30-17.15 Åsa			Rullande Vattengympa 16.00-16.45 Blandat Rullande
17:00	Vattengympa 17.30-18.15 medel/Intensiv	Vattengympa 17.00-17.45 Medelpass	Vattengympa 17.30-18.15 Intensiv	AquaZumba 17.30-18.15			Vattengympa 17.00-17.45 Blandat
18:00	AquaZumba 18.30-19.15			Vattengympa 18.30-19.15 Intensiv			Bokbara tider 18.00-18.45
19:00		Vattengympa 19.00-19.45 Intensiv					
20:00							