

Vattengymnastik

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Söndag
06.30-20.00	06.30-20.00	06.30-20.00	06.30-20.00	06.30-17.45	
		Herr-pass 08.00-08.45 Alexandra			
	Nytt pass Åsa			Åsa	
Ingela Rörlighet & balans 10.00-10.45	09.30-10.15 Medel		Britt-marie 10.00-10.45 Lätt	9.30-10.15 medel	
	Åsa			Åsa	
	10.30-11.15 Medel		Britt-marie 11.00-11.45 Medel	10.30-11.15 Intensiv	
Ingela 11.00-11.45 medel	Anna-lena 11.30-12.15 Medel			Anna-lena 11.30-12.15 medel	
Ingela 12.00-12.45 medel					
			Ingela 13.00-13.45 medel		
	Ingela 14.00-14.45 Medel				14.00-19.00
	Ingela 15.00-15.45 Medel	Åsa 15.30-16.15 Intensiv			
	Ann-louise 16.00-16.45 Medel	Åsa 16.30-17.15 Intensiv	Högintensivt pass Vattenfys 16.30-17.00 Åsa		Rullande 16.00-16.45 medel
Åsa 16.30-17.15 Intensiv	Ann-louise 17.00-17.45 Medel				Rullande 17.00-17.45 medel
Åsa 17.30-18.15 medel/Intensiv		Åsa 17.30-18.15 Intensiv	AquaZumba 17.30-18.15 Juha		
Juha AquaZumba 18.30-19.15					
	Mathilda 19.00-19.45 Intensiv		Julia 18.30-19.15 Intensiv		

Landpass

Måndag	Tisdag	Torsdag	Fredag
		MorgonYoga 07.00-08.00	
Stationsträning 09.00-09.45 Stationsträning 09.45-10.30 Alexandra			Stationsträning 09.00-09.45 stationsträning 09.45-10.30 Alexandra
		MediYoga 10.00-11.00 Yvonne	
		Högintensivt-pass	
	HIIT 17.00-18.00 Alexandra		
SoftYoga 17.15-18.15 Yvonne			
YinYoga 18.30-19.30 Yvonne			

Varmt välkommen till gruppträning hos oss på Healthcare!

Vattengympa deltar man i genom att ha en fast plats i en grupp och därmed ha en garanterad plats i gruppen 15 ggr & dessutom ha förtur för nästkommande termin. Är du en årskortskund hos oss är du välkommen att delta i mån av plats.

All bokning sker via vår hemsida, där du enkelt skapar ett inlogg och sedan bokar dig på önskat pass (obs! du måste ha ett abonnemang hos oss för att du ska kunna boka, annars så får du ringa till oss så hjälper vi dig)

Yogan & stationsträning

I dessa pass så kan man inte ha en bestämd plats utan dessa bokas i mån av plats på vår hemsida.

Välkomna!

Våra öppettider är:

Måndag- torsdag: 06.30-20.00

Fredagar: 06.30-18.00

Lördagar: 09.00-14.00

Söndagar: 14.00-19.00