

Schema GT – Gruppträning ht 2022

	Torsdag	
Vecka	9.30-10.30	10.45-11.30
34	Styrka gym	Bassäng/kondition
35	Matta/styrka	Kondition
36	Station	Bassäng/kondition
37	Kondition	Yoga
38	Styrka gym	Bassäng/kondition
39	Matta/styrka	Kondition
40	Station	Bassäng/kondition
41	Kondition	Yoga
42	Styrka gym	Bassäng/kondition
43	Matta/styrka	Kondition
44	Station	Bassäng/kondition
45	Kondition	Yoga
46	INTROKURS, ingen träning	
47	Matta/styrka	Kondition
48	Station	Bassäng/kondition
49	Kondition	Yoga
50	Styrka gym	Bassäng/kondition