

# Aktuella träningstider

## Anpassad motion

### Hösten 2011

V 32-51

#### Grupptider

Måndagar kl 9:15, 11:15 & 16:00  
Tisdagar kl 9:15 & 13:00  
Onsdagar kl 9:15 & 12:45  
Torsdagar kl 9:15 & 11:15  
Fredagar kl 9:15

#### Individuella tider

Måndagar kl 10:15 & 14:00 (ny tid)  
Tisdagar kl 07:45 & 14:00  
Onsdagar kl 13:45  
Torsdagar kl 07:45  
Fredagar kl 07:45 & 10:15

#### Kom igång för överviktiga

Onsdagar kl 15:45  
Fredagar kl 12:45