

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
Tai Chi/Qi gong 17.30-18.30 Stenhamre Ledare: Willy	Styrkespinning 12.00-12.45 Motionscentralen Ledare: Katarina	Spinning Morgonpasset 06.45-07.45 Motionscentralen Ledare: Mixat	Styrkespinning 12.00-12.45 Motionscentralen Ledare: Katarina	Lättspinning 16.30-17.30 Motionscentralen Ledare: Louise	MRL-toning 10.00-11.15 Gärdeåsskolan Ledare: Anna	Bodypump 18.00-19.00 Gärdeåsen Ledare: Veronica
Lättmotion 18.30-19.30 Stenhamreskolan Ledare: Mikaela L	Bamsegympa 3-4 år 17.00-18.00 Gärdeåsskolan Ledare: Linn och Filip	Bamsegympa 3-4 år 17.30-18.30 Stenhamresko- lan. Ledare: Louise och Pernilla	Kids dance 7-9 år 18.00-19.00 Stenhamreskolan Ledare: Emelie och Madeleine	BodyAttack 17.30-18.30 Gärdeåsskolan Ledare: Anna-Lena och Camilla		Överviktsspinning 18.30-19.30 Motionscentralen Ledare: Louise
BodyAttack 19.00-20.00 Gärdeåsen Ledare: Anna-Lena och Camilla	Bamsegympa 5-6 år 17.30-18.30 Stenhamreskolan Ledare: Linda och Mikaela	Afropowerdance 17.30-18.30 Motionscentralen, Ledare: Lotta, Anna, och Jenny	BodyStep 18.00-19.00 Gärdeåsskolan. Ledare: Anna o Katharina			
	Spinning - Tisdagsracet 18.30-19.15 Motionscentralen Ledare: Sofia	Spinning Cykelpepp 18.30-19.30 Motionscentralen Ledare: Klara	Young dance 10-12år 19.00-20.00 Stenhamreskolan Ledare: Emelie och Madeleine			
	Sega gubbar 19.00-20.00 Stenhamreskolan Ledare: Magnus och Uffe	Core 18.30-19.30 Gärdeåsen Ledare: Monika	Bodypump 20.00-21.00 Gärdeåsskolan. Ledare: Tomas och Thomas			
	Bodypump 19.00-20.00 Gärdeåsen Ledare: Anna-Lena och	BodyCombat 19.30-20.30 Gärdeåsen Ledare: Susanne				
	BodyStep 20.00-21.00 Gärdeåsskolan. Ledare: Anna o Katarina					