



Schema HT-19

Stans Gladaste Pass

www.videdalsgif.se
facebook.com/videdalsgif

Husiegård Spegelsalen						
måndag	tisdag	onsdag	torsdag	fredag	lördag	söndag
16.30 Zumba Gold Sussie/Julia	16.30 Yoga Senior Souha	10.00 Yoga För Stela Män Souha	17.30 Yoga Souha	16.30 Ledig för happeningpass	9.30 Yoga Souha	OBS! F o m 1/11 16.00 Wod Olika ledare
17.30 Styrka Josefin	17.30 Pilates Anna	17.30 Gympa Anette/Sussie	18.30 Zumba Julia/Rigmor	17.30 HIIT 45 min Gabbi	10.30 Zumba Sussie/Julia	
18.30 Power Anette/Sussie	18.30 HIIT/Cirkel/Barre Anna	18.30 Pump Anette/Sussie	19.30 Boxning Viktor		11.30 Barndans 7-10	
19.30 Tabata Anette/Sussie	19.30 Ledig för happeningpass	19.30 Dans Sebastian/Julia			12.45 Barndans 4-6	

Husiegård Spinninglokalen						Bäckagård
måndag	tisdag	onsdag	torsdag	fredag	lördag	söndag
	6.45 Spinning Anna				8.30 Spinning Kenneth/Pia	9.00 Barngympa I
18.45 Spinning Ulf/Kenneth		19.15 Spinning Linda				10.00 Barngympa II
						11.00 Barngympa III
						12.00 Barngympa IV

Bulltofta Motion utepass fram t o m 1/11						Bäckagård, ute
måndag	tisdag	onsdag	torsdag	fredag	lördag	söndag
	10.00 Outdoor Fun Anna					11.00 Outdoor Fun Olika ledare

Passen startar v. 34 med en gratis prova-på-vecka och hålls på Husiegårds Idrottshus, Husie Kyrkoväg 92. Man förbokar sin träning veckovis i vårt bokningsschema på videdalsgif.se. Vi reserverar oss för ändringar och hänvisar alltid till vårt bokningsschema online.

HJÄRTLIGT VÄLKOMMEN!