


MÅNDAG	TISDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG	SÖNDAG
<b>10.00 S</b> Seniorträning Spegelsalen Ing-Mari Anmälan 070-347 10 72 Max 12 pers.	<b>17.00 P</b> Barngympa -14 Anna / Mia / Ellen Fullt!	<b>17.00 P</b> Barngympa -15 Lina, Tilda, Anna Sv, AnaMaria, Ebba	<b>17.15-18.15 P</b> Parkour Killgrupp från 9 år Lina, Jessica, Anders Fullt!	<b>14.00 S</b> Seniorträning Spegelsalen Ing-Mari Anmälan 070-347 10 72 Max 12 pers.	<b>10.00 P</b> Familjegympa -16 Malin Fullt!
	<b>18.00 P</b> Move & Relax Mona	<b>18.00 P</b> Redskaps gympa åk 1-2 Lina, Tilda, Anna Sv, AnaMaria, Ebba Fullt!	<b>18.30 P</b> Cirkelfys Ing-Mari		<b>10.00 P</b> Familjegympa -17 Marie
<b>17.00-18.30 P</b> Redskaps gympa från åk 3 och fortsättning Anna T / Linda J / Tyra	<b>19.00 P</b> Funktionell träning Mona	<b>19.00 P</b> Tabata Nathalie	<b>PRISER</b>  Medlemsavgift 100:-/år Träningsavgift Gruppträning vuxen 300:-/termin Barn/ungdom 250:-/termin Trampettlicens 180:-/år Vattenträning 450:-/termin  Terminen pågår vecka 37-49		
		<b>19.00 P</b> Pilates Britt			
Obs! Ny tid. <b>17.00 H</b> Yoga Kirse Start v. 39		Tillbaka igen! <b>17.30 S</b> H <sub>2</sub> O Vattenträning Yvonne föranmälan Max 20 pers.			
Obs! Ny lokal. <b>18.30 P</b> Ryggympa					
Obs! Ny lokal. <b>18.00 H</b> Medelgympa Christina Max 25 pers.					
<b>20.00 S</b> H <sub>2</sub> O Vattenträning Sylvia, föranmälan Max 20 pers.					

#### ANMÄLAN BARNGRUPPER

Intresseanmälan/kölista till barn- och ungdomsgrupperna görs via [www.gfspanst.se](http://www.gfspanst.se). De barn som har gått föregående termin har förtur.

#### ANMÄLAN H<sub>2</sub>O VATTENTRÄNING

Anmälan på kvällstid 070-692 14 19.



[www.gfspanst.se](http://www.gfspanst.se)

Tel 401 99 (kvällstid) • [info@gfspanst.se](mailto:info@gfspanst.se)