



Träningscenter

PASSCHEMA

HÖSTEN 2018

STORA PASSALEN

måndag	tisdag	onsdag	torsdag	fredag	lördag	söndag
	Cirkelfys 12.00 - 12.30			Cirkelfys 6.45 - 7.30	Rullande lördag 9.30 - 10.30	
			Bodypump 16.30 - 17.15		Zumba 10.40 - 11.40	Skivstångspass 16.00 - 17.00
Crossbox 17.30 - 18.30	Strong mobility 17.40 - 18.25 <i>Från oktober</i>	Rygg och Rörlighet 17.40 - 18.25	Dansærobics 17.20 - 18.20			
Core 18.40 - 19.10	Zumba 18.40 - 19.40	Tabata 18.30 - 19.15	Core 18.40 - 19.25			
Cirkelfys 19.20 - 20.05		Yoga 19.20 - 20.20				

SPINNINGSALEN

måndag	tisdag	onsdag	torsdag	fredag	lördag	söndag
	Spinning 6.45 - 7.30				Spinning 10.00 - 10.45	
Spinning 18.45 - 19.45		Spinning 18.00 - 19.00	Spinning intervall 19.30 - 20.00			



Kungsgatan 15, Enköping
Tel 0171 - 376 00
www.a3.nu

ÖPPETTIDER

Måndag: 06.30 - 21.00
Tisdag: 06.30 - 21.00
Onsdag: 09.00 - 21.00
Torsdag: 06.30 - 21.00
Fredag: 06.30 - 20.00
Lördag: 09.00 - 16.00
Söndag: 10.00 - 18.00

**INTRESSERAD AV MER
INFORMATION?**

**BOKA TID MED
NÅGON AV VÅRA
MEDLEMSRÅDGIVARE!**