

Gruppträning, höst 2026

G = Godby
MB = Mariebad

HF = Hälsfabriken
IG = Idrottsgården



Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
		6.30-7.30/7.45 Seniorpower (HF/Peppi)		6.30-7.30 Vattengymppa (MB/Lenita)
9.30-10.45 Seniorpower (IG/Lenita)	9.30-10.45 Seniorpower (HF/Peppi)	7.30-8.30 Vattengymppa (MB, Mona)	9.30-10.45 Seniorpower (IG/Janina)	8.00-9.00 Vattengymppa (MB/Lenita)
10.45-12.00 Seniorpower (IG/Lenita)	10.45-12.00 Seniorpower (HF/Peppi)	9.30-10.45 Seniorpower (IG/Janina)	10.45-12.00 Seniorpower (IG/Janina)	9.00-10.00 Vattengymppa, senior (MB/Lenita)
	11.30-12.30 Vattengymppa (MB, Mona)	10.45-12.00 Seniorpower (IG/Janina)		
	12.30-13.30 Vattengymppa, senior (MB, Mona)	11.00-12.00 Vattengymppa, senior (MB/ Mona)		
14.00-15.00 Vattengymppa, senior (MB/Lenita)	14.30-15.30 Vattengymppa (MB, Mona)		15.00-16.00 Vattengymppa (MB/Jenny)	13.00-14.00 Vattengymppa, senior (MB/Lenita)
	15.50-16.50 Vattengymppa (MB, Lenita)	15.00-16.00 Vattengymppa (MB/Lenita)	16.00-17.00 Vattengymppa (MB/Jenny)	
17.00-18.00 Vattengymppa (MB/Tinca, Mona)	17.00-18.00 Trippelaqua (MB, Lenita)	16.00-17.00 Vattengymppa (MB/Lenita)		
18.00-19.00 Vattenpilates (MB/Peppi)			18.30-19.30 Trippelaqua (MB/Peppi)	
19.00-20.00 Herrar (MB/Peppi) Vattengymppa (Godby/ Annsan)			19.00-20.00 Vattengymppa (MB/Jenny)	
20.00-21.00 Vattengymppa (Godby/Annsan)	19.00-20.00 Vattengymppa (MB/Lenita)		20.00-21.00 Vattengymppa (MB/Jenny)	

Höstterminen både i bassäng och på gymmen **inleds v.36** (31.8-4.9) och **pågår till v. 50** (7-11.12)

Vårterminen 2027 inleds v. 2 (11-15.1.2027)

OBS! ÅMF förbehåller sig rätten att göra ändringar!