

Gruppträning, sommar 2024

MB = Mariebad

IG = Idrottsgården

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag
		8.00-9.00 Vattengymppa (MB, Mona) FULLBOKAD	
9.00-10.15 Seniorpower (IG,Kerttu)		9.00 -10.00 Vattengymppa (MB, Mona)	
10.15-11.30 Seniorpower (IG,Kerttu)		9.30-10.45 Seniorpower (IG,Kerttu) FULLBOKAD	
	11.30-12.30 Vattengymppa (MB,Mona)	11.00-12.00 Vattengymppa, senior (MB, Mona) FULLBOKAD	
	12.30-13.30 Vattengymppa, senior (MB, Mona)		
		16.00 -17.00 Vattengymppa (MB, la)	16.00-17.00 Vattengymppa (MB,Mona) FULLBOKAD
		17.00 -18.00 Vattengymppa (MB, la)	17.00-18.00 Vattengymppa (MB,Mona) FULLBOKAD
	17.30-18.30 Trippelaqua (MB,la)		
	19.00-20.00 Vattengymppa (MB,la)		

MB: Tisdags- och onsdagsgrupper i bassängen inleds v.19 (tis 7.5) och pågår till v.24 (ons 12.6). Torsdagsgrupperna inleds v.18 (tors 2.5), har paus 9.5 och pågår till v.24 (tors 13.6)

IG: Gymgrupperna inleds v. 19 (mån 6.5) och pågår till v.24 (onsdag 12.6)

