



SCHEMA VÅREN 2024

DAG	TRÄNINGSPASS	TID	INSTRUKTÖR	PLATS
MÅNDAG	Seniorgympa	16.30-17.45	Sune/Helena/Jessica	Vaxö skola
	Step/Skivstång*	19.15-20.15	Annelie/Johanna	Vaxö skola
*) Step körs till och med vecka 12 sen fortsätter terminen med Skivstång				
TISDAG	Puls & Styrka (cirkelträning)	19.00-20.00	Camilla	Resarö skola
ONSDAG	Core	19.00-20.00	Kari	Vaxö skola
TORSDAG	Seniorgympa	16.30-17.45	Sune/Helena/Jessica	Vaxö skola
	Box	19.00-20.00	Catrin	Vaxö skola
	Stark & Rörlig	19.00-20.00	Anna Maria/Annelie	Resarö skola
LÖRDAG	Skivstång	10.00-11.00	Anna/Annelie	Vaxö skola
SÖNDAG	CrossNature	09.30-10.45	Anna Maria/Catrin	Eriksö

**TRÄNING
FÖR ALLA**

8 jan – 9 juni

PRISER VT 2024

Vuxen 1600 kr

Student 900 kr

Senior 900 kr (från 65 år)

SPF 800 kr

Medlemsavgift 150 kr/år
tillkommer

Betala med



e
passi

www.traningskompanietvaxholm.se