

Hydrohex Vattenträning vuxen - Schema*								
Vattenkompaniet Aquabassängen								
	Mån	Tis	Ons	Tor	Fre	Lör	Sön	
08.00		08.15 MOVE 45 min		08.15 CARDIO 45 min				08.00
						08.50 CARDIO 31 min	08.50 MOVE 30 min	
09.00								09.00
10.00								10.00
11.00								11.00
12.00								12.00
13.00								13.00
		13.30 CARDIO 45 min	13.30 MOVE 45 min	13.30 CARDIO 45 min				
14.00								14.00
15.00								15.00
16.00						16.10 POWER 45 min		16.00
17.00								17.00
18.00								18.00
19.00	19.40 POWER 31 min			19.40 MOVE 30 min				19.00

*med reservation för förändringar. Aktuellt schema finns alltid på vår bokningssida.