

SPORTLOV VECKA 9

FAMILJEVECKA PÅ CAMP JÄRVSÖ



SÖNDAG 26/2

17:15 YIN YOGA med Cissi*

MÅNDAG 27/2

08:00 MORGONYOGA med Cissi*

16:00 CIRKELTRÄNING med Peppe

18:00 SOMA MOVE med Lotta

TISDAG 28/2

08:00 MORGONYOGA med Cissi*

10:00 FOTOORIENTERING med Peppe

16:00 FAMILJEFYS med Carro

ONSDAG 1/3

10:00 ALLT OM LÖPNING PÅ 35MIN m.
Peppe

15:00 SVETTFEST med Adnan

16:00 RÖRLIGHET FAMILJ 30min m. Inga

17:00 INTO THE WILD KUL m. Inga/Adnan

TORSDAG 2/3

08:00 MORGONYOGA med Jimmy*

10:00 LÖPLEK med Inga

15:00 SAMARBETSBINGO m. Inga/Adnan

16:00 CIRKELTRÄNING m. Inga/Adnan

17:00 YIN YOGA m. Jimmy*

FREDAG 4/3

08:00 RÖRLIGHET FAMILJ m. Inga

10:00 MÄSTARNAS MÄSTARE m.

Jimmy/Adnan

11:00 HIT FAMILJ 30min med Inga

15:00 FAMILJEFYS med Adnan/Inga

17:00 DISCO INTO THE WILD

Adnan/Inga/Jimmy

LÖRDAG 5/3

08:00 MORGONYOGA med Jimmy*

10:00 HINDERBANA med Inga/Adnan

15:00 LÖPLEK med Inga

16:00 INTO THE WILD 3-KAMP

Jimmy/Adnan

17:00 YIN YOGA med Jimmy*

SÖNDAG 6/3

08:00 MORGONYOGA med Jimmy

Alla pass är 45min långa om ej annat meddelas. (Ex Rörlighet familj 30min)

Ändringar i schemat kan förekomma.

Samtliga klasser är passar hela familjen, däremot låter vi klasserna med en * vara för de äldre. (Ej familj)