



**GYMMIX SCHEMA HT 28/8-17/12 2017**

**Missionskyrkan**

Måndag	09.00	Senior	Ylva
Torsdag	13.00	Senior	Ylva
Tisdag	07.00	Medel/ män	Mats-Olov
Torsdag	07.00	Medel/ män	Mats-Olov
Lördag	08.00	Medel/ män	Mats-Olov

**Murkelparken**

Tisdag	19.00	Friskluftsgympa	Ylva
--------	-------	-----------------	------

**Malmaskolan**

Onsdag	19.00	Gympa	Gudrun
Torsdag	19.30	Stretching*	Ylva/ Gudrun

**Ramsta**

Ramsta skola	Tisdag	19.00	Medel	Anna
	Torsdag	19.00	Funktionell träning/ tabata	Lollo

**Örsundsbro**

Industriv. 18	Onsdag	8.30	Komigång/lätt	Anna-Lena
	Onsdag	9.30	Komigång/lätt	Anna-Lena

**Danmark startar v.33**

Bygdegård	Tisdag	19.30	SOMA MOVE® *	Eva
	Torsdag	19.30	SOMA MOVE® *	Eva
	Torsdag	20.30	Stretch/MIndfulness	Eva

**Salabacke/Årsta**

Ångeltaskolan	Måndag	19.00	Gympa/cirkelträning	Team
	Onsdag	19.00	Gympa/cirkelträning	Elin

**Fd Seminariet**

Måndag	18.00	Pilates* ej nybörjare	Gudrun
Måndag	19.00	Pilates*	Gudrun

**Fyrishov**

E-hallen	Tisdag	09.00	senior	Anna-Lena/Gudrun
E-hallen	Torsdag	09.00	senior	Anna-Lena/Gudrun

\*ta med yogamatta

**Terminsavgifter (prova gratis första gången)**

Terminsavgift	975:-
Student	775:-
Senior >65 år	775:-
SOMA MOVE®	1100:-
Medlemsavgift tillkommer	100 kr/ år

Anmälan till alla Gymmix pass sker via kansliet.

Medlemskort gäller för valfritt antal Gymmixpass.

Familjerabatt: en familjemedlem betalar fullt pris, övriga får 100:- rabatt /person, gäller inom Gymmix, trampolin, barn gymnastik, dock ej för SOMA MOVE®.

Välkommen!