Gruppträning HT- 2026

Måndag	16:00-16:30	16:30-17:00	17:00-17:30	17:30-18:00	18:00-18:30	18:30-19:00	19:00-19:30	19:30-20:00	20:00-20:30
Simhall	Stängt								
Sporthall, sal 1	Drill start v.37 16:00-17:00				Karate start V.35 kl 18:00-20:30				
Sporthall, sal 2									
Sporthall, sal 3					Cirkelträning start V.36 kl. 18-19				
Läktare							Spinning start V.36 kl. 19-20		
Gym	Landsting Start V.38 kl:10:00-11:00								

Tisdag	16:00-16:30	16:30-17:00	17:00-17:30	17:30-18:00	18:00-18:30	18:30-19:00	19:00-19:30	19:30-20:00	20:00-20:30
Simhall	Stängt								
Sporthall, sal 1								Innebandy start V.	
Sporthall, sal 2									
Sporthall, sal 3									
Läktare						Karate start V.35 kl 18:30-20:00			
Gym									

Onsdag	16:00-16:30	16:30-17:00	17:00-17:30	17:30-18:00	18:00-18:30	18:30-19:00	19:00-19:30	19:30-20:00	20:00-20:30
Simhall	Stängt								
Sporthall, sal 1	Drill start v.35 kl:16:00-17:00				Frisksportarna start V.35 kl: 18-19:30				
Sporthall, sal 2									
Sporthall, sal 3									
Läktare				Spinning start V36 kl 18-18:30		Boxning start V.36 kl.18:30-19:30			
Gym	Landsting start V,38 kl:13:00-14:00								

Torsdag	16:00-16:30	16:30-17:00	17:00-17:30	17:30-18:00	18:00-18:30	18:30-19:00	19:00-19:30	19:30-20:00	20:00-20:30
Simhall	Stängt								
Sporthall, sal 1					Karate start V.35 kl 18:00-20:30				
Sporthall, sal 2									
Sporthall, sal 3					Rörelseglädjestart V.36 kl.18:30-19:30				
Läktare									
Gym									

Fredag	16:00-16:30	16:30-17:00	17:00-17:30	17:30-18:00	18:00-18:30	18:30-19:00	19:00-19:30	19:30-20:00	20:00-20:30
Simhall	Stängt								

Gruppträning HT- 2026

Sporthall, sal 1									
Sporthall, sal 2									
Sporthall, sal 3									
Läktare									
Gym									

Lördag

	09:00-10:00	11:00-12:00	13:00-14:00	15:00-16:00	17:00-18:00	19:00-20:00	20:00-21:00		
Simhall	Stängt								
Sporthall, sal 1	Familjegympa varannan vecka start V. 39 Kl, 9:30-10:30								
Sporthall, sal 2									
Sporthall, sal 3									
Läktare									
Gym									

Söndag

	09:30-10:00	11:00-12:00	13:00-14:00	15:00-16:00	17:00-18:00	19:00-20:00	20:00-21:00		
Simhall	Stängt								
Sporthall, sal 1									
Sporthall, sal 2									
Sporthall, sal 3									
Läktare									
Gym									