



# Rehab City

## TRÄNINGSGRUPPER VÅREN 2019

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
		Kl 10-11 <i>Starka män 70+</i> Rehab City Ledare: Markus		Kl 10-11 <i>Starka Kvinnor 70+</i> Rehab City Ledare: Johanna
Kl 11-12 <i>Vårt Hjärta</i> Rehab City Ledare: Johanna	10.30-11.30 <i>Vårt hjärta Gym</i> Rehab City Ledare: Johanna	Kl 11-12 <i>ÅGK Golfträning</i> Rehab City Ledare: Markus	Kl 10.30-11.30 <i>Mamma Styrka</i> FH Gympasal Ledare: Johanna	
			Kl 11.30-12.30 <i>Mamma Core</i> <i>Komigång</i> FH Gympasal Ledare: Johanna	Kl 11.30-12.30 <i>Starka Kvinnor 40+</i> FH Gympasal Ledare: Johanna
Kl 13-14 <i>Vårt Hjärta</i> Rehab City Ledare: Johanna				
		Kl 15-16 <i>Reumaföreningen</i> Godby Bassäng Ledare: Mats		
	Kl 16-17 <i>Folkhälsan Gravid</i> FH Gympasal Ledare: Johanna			
	Kl 17.30-18.30 <i>Barngymnastik</i> FH Gympasal Ledare: Maria	Kl 17.30-18.30 <i>Andning/astma Styrka</i> Rehab City Ledare: Markus		Kl 18-19 <i>Andning/astma</i> Gullåsen Bassäng Ledare: Markus
Kl 19.30-20.15 <i>Folkhälsan Gravid</i> FH Bassäng Ledare: Elin		Kl 19-20 <i>Folkhälsan Lemland</i> FH Bassäng Ledare: Markus		
Kl 20.15-21.00 <i>Folkhälsan XL</i> FH Bassäng Ledare: Elin		Kl 20-21 <i>Folkhälsan Lemland</i> FH Bassäng Ledare: Markus		