

Gruppträning

Hösten 2017

För mer info www.korpenotland.se

Kan förekomma ändringar på schemat. Håll dig uppdaterad på bokningssidan!

Landträning

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
			07:00 YinYoga Marie F			
					12:00 Barndans Mira	
					12:45 Barndans Mira	
			15:00 Senior Cirkel Erica			
16:45 Sh`Bam Mira			16:30 Steg 2 Kettlebell Elisabeth			
	17:30 TaijQigong 75 Madeleine	17:00 Express 30 Aerobic Sara				
17:30 Steg 1 Kettlebell Elisabeth		17:30 Express 30 Core Evelina	17:30 Yoga Elisabeth			
		18:00 Express 30 Flex Evelina				
18:30 Yoga Elisabeth			18:30 Sh`Bam Mira			

Gruppträning

Hösten 2017

För mer info www.korpengotland.se

Kan förekomma ändringar på schemat. Håll dig uppdaterad på bokningssidan!

Vattenträning

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
08:00 Vakna med Lisa	08:00 Vakna med Lisa					
				13:00 Aqua Elisabeth		
17:00 Aqua Bas Anne	17:00 Aqua Cross Mia	17:00 Aqua Bas Anna	17:00 Aqua Herr Sandra	16:30 Aqua Cross Rullande		
18:00 Aqua Puls Anne	18:00 Aqua Puls Mia		18:00 Aqua Puls/Power Madeleine			18:00 Aqua Puls Rullande
19:00 Aqua Cross Susanne W	19:00 Aqua Power Madeleine	19:00 Aqua Puls Michaela	19:00 Aqua Puls/Power Madeleine			
			19:50 Ai Qi Madeleine			

Bokningsregler

För att kunna träna gruppträning på Korpens Motionscenter krävs bokning. Du kan tidigast boka 7 dagar före önskat pass och detta görs i vår kundstation på motionscentret, via hemsidan eller appen.

På hemsidan kan du köpa träningskort och medlemskap.

Det går att boka din plast fram till 1 h innan passet börjar och avbokning sker minst 2 h innan. Sätter du upp dig på reservlista får du senast redan på plast 1 h innan passet börjar och du är så klart välkommen att chansa för en plats.

Ditt medlemskort är en värdehandling. Ett borttappat kort ersätts med ett nytt till en kostnad av 100,- som köps på kansliet under kontorstid.