



Träna med Korpen Timrå

Vårterminen 2020

Öppet hus med gratis prova-på 13/1-26/1

Aktivitet	Dag	Tid	Ledare	Plats
Spinning 45 min <i>Tidbokning</i>	Måndag	18.00	Maja	Korpstugan*
Medelgympa	Måndag	19.00	Pia	Böle skola
Cirkelträning	Måndag	19.15	Christina	Söråkers Folkets Hus
Cirkelträning	Tisdag	18.00	Ann-Kristin	Mariedals Skola
Spin-IT (intervall) 45 min <i>Tidbokning</i>	Tisdag	18.30	Erika	Korpstugan*
Vattenträning	Tisdag	19.30	Katarina/Katarina	Timrå simhall
Morgonspinning 35 min <i>Tidbokning</i>	Onsdag	06.15	Jennie	Korpstugan*
Senior Vattenträning	Onsdag	11.15	Håkan	Timrå simhall
HI Intervall	Onsdag	19.00	Erika/Pia	Mariedals Skola
Cirkelträning	Torsdag	19.00	Åsa	Böle Skola
Morgonspinning 35 min <i>Tidbokning</i>	Fredag	06.15	Jennie	Korpstugan*
Spinning 35 min <i>Tidbokning</i>	Fredag	17.00	Christina	Korpstugan*
Zumba	Lördag	10.00	Sara	Böle skola

- ✓ För passbeskrivning, v.g. se vår hemsida. Där inte annat anges är passet 60 min.
 - ✓ Betalning och tidbokning via KIT. Mer information: **korpen-timra.se**
 - ✓ De flesta av våra pass passar för dig med FAR (Fysisk Aktivitet på Recept). Kom och prova!
 - ✓ Undvik gärna starka dofter på våra pass.
- * Begränsade möjligheter till dusch och ombyte i Korpstugan.

Vårterminen pågår 13/1 – 10/5.

Organisationsnummer 889200-8544

