

MÅNDAG	TISDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG	LÖRDAG	SÖNDAG
09.00 - 10.00 WOD		09.00 - 10.00 WOD		09.00 - 10.00 WOD	09.45 - 11.00 WOD 75 MIN	
OPEN GYM 08.30	OPEN GYM 08.30	OPEN GYM 08.30	OPEN GYM 08.30	OPEN GYM 08.30	OPEN GYM 09.30	OPEN GYM 10.30
11.15 - 12.15 WOD	11.15 - 12.15 WOD	11.15 - 12.15 WOD	11.15 - 12.15 WOD	11.15 - 12.15 WOD	11.00 - 12.15 WOD 75 MIN	11.00 - 12.15 WOD 75 MIN
STÄNGER 13.00	STÄNGER 13.00	STÄNGER 13.00	STÄNGER 13.00	STÄNGER 13.00		
ÖPPNAR 16.00	ÖPPNAR 16.00	ÖPPNAR 16.00	ÖPPNAR 16.00	ÖPPNAR 16.00		
16.30 - 17.30 WOD	16.30 - 17.30 WOD	16.30 - 17.30 WOD	16.30 - 17.30 WOD	16.30 - 17.30 WOD		
17.30 - 18.30 CROSSFIT BARBELL TRAINING	17.30 - 18.30 POWERLIFTING	17.30 - 18.30 WOD	17.30 - 18.30 WOD	17.30 - 18.30 WOD	16.00 STÄNGER	15.00 STÄNGER
18.30 - 19.30 WOD	18.30 - 19.30 GYMNASTIK	18.30 - 19.30 TEAMPASS	18.30 - 19.30 CROSSFIT BARBELL TRAINING			
19.30 - 20.30 WOD	19.30 - 20.30 WOD	19.30 - 20.30 WOD	19.30 - 20.30 WOD	19.00 STÄNGER		
21.00 STÄNGER	21.00 STÄNGER	21.00 STÄNGER	21.00 STÄNGER			