

## KURSER VÅREN DEL 2 2018

Pilates forts.	Måndag	10.00 – 10.55  55 min	9 april- 28 maj <b>8 ggr</b>	Ej medlem 1495 kr Medlem 1345 kr Silver 1270 kr Guld/HK 1195 kr	1
Pilates forts.	Tisdag	17.50- 18.45  55 min	3 april- 29 maj <b>8 ggr</b>	Ej medlem 1495 kr Medlem 1345 kr Silver 1270 kr Guld/HK 1195 kr	2
Pilates grund.	Tors	16.30- 17.25  55 min	5 april- 31 maj <b>8 ggr</b> <i>uppehåll 10/5</i>	Ej medlem 1495 kr Medlem 1345 kr Silver 1270 kr Guld/HK 1195 kr	3
Pilates forts.	Lördag	08.30- 09.25  55 min	7 april- 26 maj <b>8 ggr</b>	Ej medlem 1495 kr Medlem 1345 kr Silver 1270 kr Guld/HK 1195 kr	4
Yoga forts	Tisdag	19.00- 20.30  1h 30 min	3 april- 29 maj <b>8 ggr</b>  <i>uppehåll 1/5</i>	Ej medlem 1665 kr Medlem 1500 kr Silver 1415 kr Guld/HK 1330 kr	5
Yoga forts	Torsdag	17.45- 19.00  1h 15 min	5 april- 31 maj <b>8 ggr</b>  <i>uppehåll 10/5</i>	Ej medlem 1545 kr Medlem 1390 kr Silver 1315 kr Guld/HK 1235 kr	6
Yoga & Avslappning "junior"	Tisdag	16.30- 17.30  1h	3 april- 15 maj <b>6 ggr</b>  <i>uppehåll 1/5</i>	Ej medlem 1120 kr Medlem 1010 kr Silver 950kr Guld/HK 895 kr	7
Andning, Meditation & Yinyoga	Tors	19.10- 20.20  1h 10 min	5 april- 31 maj <b>8 ggr</b>  <i>uppehåll 10/5</i>	Ej medlem 1520 kr Medlem 1370 kr Silver 1295 kr Guld/HK 1215 kr	8
Medicinsk yoga grund 186 kr/gång	Onsdag	18.00- 19.00 1h	4 april- 16/5, <b>6 ggr</b> <i>uppehåll 9/5</i>	Ej medlem 1120 kr Medlem 1010 kr	9
Medicinsk yoga fortsättning 186 kr/gång	Onsdag	19.15- 20.15 1h	4 april- 16/5, <b>6 ggr</b>  <i>uppehåll 9/5</i>	Ej medlem 1120 kr Medlem 1010 kr	10

Yoga & Avslappning Senior	Tisdag	16.30-17.30	3 april-15 maj <b>6 ggr</b> <i>uppehåll 1/5</i>	590 kr 50 kr/100 kr rabatt om 2/3 kurser	11
Styrka & kondis Senior	Onsdag	11.00-11.50	4 april-16 maj <b>7 ggr</b>	690 kr 50 kr/100 kr rabatt om 2/3 kurser	12
Pilates fortsättning, Senior	Fredag	09.30-10.25	6 april-18 maj <b>6 ggr</b> <i>uppehåll 11/5</i>	590 kr 50 kr/100 kr rabatt om 2/3 kurser	13
Tonårsyoga Ca 98 kr/gång	Onsdag	16.45-17.45	4 april-16/5, <b>6 ggr</b> <i>uppehåll 9/5</i>	Ej medlem 590 kr	14
Klassisk balett För vuxna fortsättning	Lördag	10.45-12.00	7 april-26 maj <b>8 ggr</b>	Ej medlem 1560 kr Medlem 1410 kr	15
8-veckors kurs Toppform	Mån Ons Lör	19.40-20.25 19.40-20.25 08.40-09.25	4 april-30 maj <i>uppehåll 30/4</i>	Ej medlem 2190 kr Medlem 1990 kr	16
Mamma Baby grund	Tis & Tors	10.00-10.45	20 mars-17 maj <b>16 ggr</b>	Ej medlem 1490 kr Medlem 990 kr	17