

WGF/TRÄNINGSKOMPANIET erbjuder följande schema för HT-2021:

MÅNDAGAR kl. 16:30 - 17:30 Seniorgymnastik, Vaxö skola

kl. 19:00 - 19:45 Step 45, Vaxö skola

kl. 20:00 - 21:15 Yin Yoga, Vaxö skola

TISDAGAR kl. 19:00 - 20:00 Puls & Styrka, Campus

kl. 19:00 - 20:00 Core, Resarö skola

ONSDAGAR kl. 19:00 - 20:00 Funktionell styrka, Vaxö skola

TORSDAGAR kl. 19:00 - 20:00 Skivstång Puls, Vaxö skola

kl. 19:30 - 20:30 Kom igång Cirkelträning, Resarö skola

kl. 20:00 - 21:15 Yoga, Vaxö skola

SÖNDAGAR kl. 09:30 - 10:45 Cross Nature, Eriksö

(Reservation för eventuella ändringar)

HT-2021 börjar vecka 34 och slutar vecka 49.

För mer information om våra träningspass, se vår hemsida på denna länk:
www.traningskompanietvaxholm.se

Medlemmar i SPF-Vaxholm erbjuds att delta i alla de träningsprogram som TRÄNINGSKOMPANIET erbjuder under HT-2021 när man erlagt träningsavgiften för HT-2021 600 kr som SPF-medlem (ordinarie avgift 800 kr) samt medlemsavgift 150 kr/kalenderår.

OBS! TRÄNINGSKOMPANIET erbjuder alla att GRATIS PROVA PÅ ett träningspass före man bestämmer sig för att delta hela