



# CROSSFIT HALMSTAD

VÅRSHEMA v.2 - v.25



MÅNDAG	TISDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG	LÖRDAG	SÖNDAG
		06.30 - 07.15 CROSSFIT				
						09.00 - 09.30 KIDS
					09.45 - 11.00 CROSSFIT PROVA PÅ BRING A FRIEND	09.45 - 10.45 PRE-KIDS
12.00 - 12.45 STYRKA	12.00 - 12.45 CROSSFIT	12.00 - 12.45 CROSSFIT	12.00 - 12.45 CROSSFIT / ENGINE JÄMN V OJÄMN V	12.00 - 12.45 CROSSFIT		11.00 - 12.00 PRE-TEENS
	16.30 - 17.30 CF TEENS		16.15 - 17.30 CF TEENS	16.30 - 17.45 TGIF CROSSFIT		
17.00 - 18.00 STYRKA		17.00 - 18.00 CROSSFIT	17.30 - 18.30 ENGINE	17.45 - 19.00 TGIF CROSSFIT		16.30 - 17.45 TEAM CROSSFIT
18.00 - 19.00 CROSSFIT	18.15 - 19.15 CROSSFIT	18.00 - 19.00 CROSSFIT	18.30 - 19.30 CROSSFIT			
19.00 - 20.00 CROSSFIT	19.15 - 20.15 GYMNASTICS	19.00 - 19.45 MOBILITY	19.30 - 20.30 CROSSFIT			

\* ALL ANNAN TID UTANFÖR DE INSTRUKTÖRSLEDDA PASSEN ÄR OPEN-GYM MED RESERVATION FÖR BOKNING AV STORA SALEN.

\* UNDER OPEN-GYM TRÄNAR MAN UTAN INSTRUKTÖR, SHARING IS CARING VILKET INNEBÄR ATT VI DELAR MED OSS AV SKIVSTÄNGER OCH GOLVYTA.