

GRUPPTRÄNING

TAI CHI

MÅNDAG

- 16.00 TELEBORGSHALLEN B-salen RYGGVÄNLIG GYMPA**
Gunilla S 073-158 15 90
- 18.00 KATEDRALSKOLAN MEDELGYMPA**
Therese D 070-687 96 36
Sanna L 070-453 51 61
- 19.00 HOVSHAGASKOLAN MEDELGYMPA UTAN HOPP**
Birgit C 073-526 33 83
- 19.00 TELEBORGSHALLEN C-salen STYRKA MED STÄNGER**
Anna S 073-031 69 69 (kväll)

TISDAG

- 10.00 FORTNOX ARENA MEDELGYMPA UTAN HOPP**
Birgit C 073-526 33 83 Fokus på styrka
- 10.40 TELEBORGSHALLEN C-salen STYRKA/RÖRLIGHET Senior**
Gunilla S 073-158 15 90 *OBS! Ändrad tid!*
- 18.00 SPORThALLEN Sigfridsomr MEDELGYMPA Ej 13/9!**
Jon H 076-191 31 31
Mats G 070-230 64 59
- 19.00 HOVSHAGASKOLAN PILATES SPIRALS**
Ellinor K 070-533 71 79
- 19.00 TORPARSKOLAN YOGA OBS! Start 20/9**
Manaswita P 073-065 73 84 (90 min)
- 19.00 MOVATION GYM I11 YOGA OBS! Ändrad dag!**
Tina S 070-777 25 04 *Föränmälan på vår hemsida!*

ONSDAG

- 18.00 SPORThALLEN Sigfridsomr YOGA Ändrad plats och tid!**
Manaswita P 073-065 73 84 *OBS! Start 21/9*
- 18.00 ÖSTRA LUGNET MEDELGYMPA**
Madelaine S 070-363 89 09

FORTS.

- 19.00 FURUBY SKOLA COREGYMPA**
Lena J 073-960 10 70
- 19.00 TELEBORGSHALLEN C-salen CIRKELFYS (75 min)**
Anna S 073-031 69 69

TORS DAG

- 14.00 VÄXJÖ SIMHALL LÄTTGYMPA**
Lena J 073-960 10 70
- 15.00 VÄXJÖ SIMHALL COREGYMPA**
Lena J 073-960 10 70
- 18.00 LILLESTADSKOLAN MEDELGYMPA**
Annelie H 070-415 49 14
- 18.30 SANDBROSKOLAN MEDELGYMPA**
Madelaine S 070-363 89 09 *OBS! Ändrad tid!*
Mats G 070-230 64 59
- 19.00 GUSTAVSLUNDSKOLAN CIRKELFYS**
Therese D 070-687 96 36
Sanna L 070-453 51 61

FREDAG

- 10.00 FORTNOX ARENA LÄTT INTERVALLTRÄNING**
Alternierande ledare

LÖRDAG

- 17.00 VÄXJÖ SIMHALL VATTENGYMPA**
Lotta W 073-332 17 62
Manaswita P 073-065 73 84
Multibassängen *OBS! Start 17/9*

SÖNDAG

- 18.00 GUSTAVSLUNDSKOLAN POWER STYRKA**
Therese D 070-687 96 36
Sanna L 070-453 51 61
- 18.30 FURUBY SKOLA MEDELGYMPA**
Ellinor K 070-533 71 79

TISDAG

- 18.45 LILLESTADSKOLAN FORTSÄTTARE**
Leif-Göran S 070-825 51 26 (90 min)

ONSDAG

- 19.00 LILLESTADSKOLAN NYBÖRJARE**
Mateusz P 073-878 60 07

BARN

Föränmälan på vår hemsida för alla grupper.

MÅNDAG

- 16.45 FURUBY SKOLA BAMSEGYMPA 4-5 ÅR**
Tilda H 076-021 59 22
Tilda K 070-250 72 54 *OBS! Ändrad tid!*
- 17.00 GUSTAVSLUNDSKOLAN FAMILJEGYMPA 2-4 ÅR**
Cecilia J 070-694 86 72
- 18.00 GUSTAVSLUNDSKOLAN BARNGYMMA 4-6 ÅR**
Cecilia J 070-694 86 72
Sofia W

TISDAG

- 16.30 BÄCKASLÖVSKOLAN BAMSEGYMPA 4-6 ÅR**
Mimmi A 070-535 81 30
- 17.15 GUSTAVSLUNDSKOLAN BARNGYMMA 4-6 ÅR**
Malin F *alfredsson_21@hotmail.com*
Josefine L

ONSDAG

- 17.00 FURUBY SKOLA BAMSEGYMPA 6-7 ÅR**
Klara C 073-071 40 64
Tea C 073-071 40 65
Elin E 073-154 50 20



Betala din medlems- och träningsavgift på vår hemsida

Mer information finns på
www.gymmix-vaxjo.se

Medtag eget liggunderlag eller yogamatta till passet!!

Vid frågor, kontakta respektive ledare eller mejla till
vaxjogymmix@hotmail.com

TERMINSAVGIFTER:

Medlemsavgift 50 kr för kalenderåret 2022.
Barn-, Bamse-, Familjegympa 250 kr
Alla övriga grupper 450 kr