



SUNRISE GYM

HÖST 2018 GRUPPTRÄNING

SEPTEMBER

VECKA 36			
mån 3/9	Pilates	19.00	Burgsvik
tis 4/9	Cirkel	18.00	Stånga, Sunrise
ons 5/9	Cirkel	18.30	Hemse
	Pilates/Core	19.00	Burgsvik
tors 6/9	Cirkel	18.30	Burgsvik, Sunrise

VECKA 37			
mån 10/9	Pilates	19.00	Burgsvik
	Cirkel	18.00	Stånga, Sunrise
tis 11/9	Vattengympa	19.30	Hemse !BOKNING
ons 12/9	Cirkel	18.30	Hemse
	Pilates/Core	19.00	Burgsvik
tors 13/9	Cirkel	18.30	Burgsvik

VECKA 38			
mån 17/9	Soma Move	18.00	Burgsvik
	Pilates	19.00	Burgsvik
tis 18/9	Cirkel	18.00	Stånga, Sunrise
	Vattengympa	19.30	Hemse !BOKNING
ons 19/9	Cirkel	18.30	Hemse
	Pilates/Core	19.00	Burgsvik
	Vattengympa	20.00	Hemse !BOKNING
tors 20/9	Cirkel	18.30	Burgsvik

VECKA 39			
mån 24/9	Soma Move	18.00	Burgsvik
	Pilates	19.00	Burgsvik
tis 25/9	Cirkel	18.00	Stånga, Sunrise
	Vattengympa	19.30	Hemse !BOKNING
ons 26/9	Cirkel	18.30	Hemse
	Pilates/Core	19.00	Burgsvik
	Vattengympa	20.00	Hemse !BOKNING
tors 27/9	Cirkel	18.30	Burgsvik

OKTOBER

VECKA 40			
mån 1/10	Pilates	19.00	Burgsvik
tis 2/10	Cirkel	18.00	Stånga, Sunrise
	Cirkel	18.30	Burgsvik
	Vattengympa	19.30	Hemse !BOKNING
ons 3/10	Cirkel	18.30	Hemse
	Pilates/Core	19.00	Burgsvik
	Vattengympa	20.00	Hemse !BOKNING

VECKA 41			
mån 8/10	Pilates	19.00	Burgsvik
tis 9/10	Cirkel	18.00	Stånga, Sunrise
	Cirkel	18.30	Burgsvik
	Vattengympa	19.30	Hemse !BOKNING
ons 10/10	Cirkel	18.30	Hemse
	Pilates/Core	19.00	Burgsvik
	Vattengympa	20.00	Hemse !BOKNING

VECKA 42			
mån 15/10	Soma Move	18.15	Stånga, Malmgard
	Yoga	18.45	Stånga, Malmgard
	Pilates	19.00	Burgsvik
tis 16/10	Cirkel	18.00	Stånga, Sunrise
	Cirkel	18.30	Burgsvik
	Vattengympa	19.30	Hemse !BOKNING
ons 17/10	Cirkel	18.30	Hemse
	Pilates/Core	19.00	Burgsvik
	Vattengympa	20.00	Hemse !BOKNING

VECKA 43			
mån 22/10	Soma Move	18.15	Stånga, Malmgard
	Yoga	18.45	Stånga, Malmgard
	Pilates	19.00	Burgsvik
tis 23/10	Cirkel	18.00	Stånga, Sunrise
	Cirkel	18.30	Burgsvik, Sunrise
	Vattengympa	19.30	Hemse !BOKNING
ons 24/10	Cirkel	18.30	Hemse
	Pilates/Core	19.00	Burgsvik
	Vattengympa	20.00	Hemse !BOKNING
tors 25/10	Soma Move	18.30	Burgsvik
lör 27/10	Yoga	9.00	Burgsvik
	Cirkel för nybörjare	10.30	Burgsvik

HÄLSOFESTIVALEN, SUDERBYS 20/10, KL 10-17

NOVEMBER obs! med reservation för ändringar

VECKA 44			
mån 29/10	Soma Move	18.15	Stånga, Malmgard
	Yoga	18.45	Stånga, Malmgard
	Pilates	19.00	Burgsvik
tis 30/10	Cirkel	18.00	Stånga, Sunrise
	Cirkel	18.30	Burgsvik
	Vattengympa	19.30	Hemse !BOKNING
ons 31/10	Cirkel	18.30	Hemse
	Pilates/Core	19.00	Burgsvik
	Vattengympa	20.00	Hemse !BOKNING
tors 1/11	Soma Move	18.30	Burgsvik
lör 3/11	Yoga	9.00	Burgsvik
	Cirkel för nybörjare	10.30	Burgsvik

VECKA 45			
mån 5/11	Soma Move	18.15	Stånga, Malmgard
	Yoga	18.45	Stånga, Malmgard
	Pilates	19.00	Burgsvik
tis 6/11	Cirkel	18.00	Stånga, Sunrise
	Cirkel	18.30	Burgsvik, Sunrise
	Vattengympa	19.30	Hemse !BOKNING
ons 7/11	Cirkel	18.30	Hemse
	Pilates/Core	19.00	Burgsvik
	Vattengympa	20.00	Hemse !BOKNING
tors 8/11	Soma Move	18.30	Burgsvik
lör 10/11	Yoga	9.00	Burgsvik
	Cirkel för nybörjare	10.30	Burgsvik

OBS! med reservation för ändringar
Gå in på hemsidan eller Facebook!

Funderar du över något?
Ring/smsa/maila [Tanja 0762-974667/info@sunrise-gym.se](mailto:Tanja.0762-974667@sunrise-gym.se)