



Tímatafla World Class
Strandgata, AK
2023



KL.	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur		Laugardagur
06:10	Tabata (50) Gunnar		Tabata (50) Gunnar		Morgunþrek (50) Rannveig	09:30	Stöðvaþjálfun (60) Gunnar
						10:35	Zumba Party (60) Eva Reykjalín
12:10	Lyftingar (50) Rannveig		Lyftingar (50) Rannveig				
							Salur 1
16:30	Stöðvaþjálfun (55) Gunnar	Pallþrek & styrkur (60) Eva Reykjalín	Stöðvaþjálfun (55) Gunnar				
							*Ath. að tímatafla getur breyst án fyrirvara.
							*(x) lengd tíma (L) Lokuð námskeið