



WORKSHOP & ÖPPET HUS

Varmt välkomna på Öppet hus hos i.Form Västerhaninge

Lördag 31/1 kl 10.00-12.00

Passa på att prova våra nya pass för terminen
och bjuda in dina vänner som tränar gratis i
gymmet (även pass i mån om plats)

10.00 Zumba- Jeanette

10.00 Spinning Activio- Samuel

10.00 Cirkelträning- Lotta

10.30 Spinning HIT- Lotta

10.30 Strong by Zumba- Jeanette

10.30 Multicross- Amanda

11.00 Mage/Rygg- Maria

11.00 Spinning HIT- Lotta

11.00 Multicross- Marianne/samuel

11.30 ZumbaStep- Sture

11.30 Spinning Activio- Samuel