



# SCHEMA VT 2018 FRISKISHUSET I LUND

(med reservation för förändringar)

## Måndag

10:00	Cirkelgym senior	Thomas G
10:00	Senior gym	Gunilla G
11:30	Jympa bas	Eva-Britt N
14:00	Jympa soft	Lennart H
16:30	Box <i>ny dag och tid</i>	Sofia W
17:00	Jympa bas	Karolina A
17:15	IW intervall	Jeanette He
17:30	Cirkelgym	Sointu N
17:45	Yoga energy 90	Brita S A
17:45	Cirkelfys	Maria Å
18:00	Spin intervall 70	Lena O
18:00	Löpning (distans/kvalitet)	Ingvar L
18:00	Jympa medel	Pia S
19:00	SkivstångIntervall 75	Lars Ha
19:30	Spin 60	Ingemar H

## Tisdag

10:00	Cirkelgym senior	Maya K
11:30	IW Spurt	Anna-Karin H
11:30	Jympa medel <b>NYHET!</b>	Sofia W
17:30	Jympa medel	Jan S
17:45	Spin 60	Johanna G
18:00	Power Hour	Carola K
18:30	Jympa lintensiv	Åsa B
19:00	Spin Flow <b>NYHET!</b>	Sigrid E
19:15	Cirkelgym	Hedvig K
19:30	Jympa medel	Lena V

FÖLJ OSS PÅ:  
Facebook



Friskis&Sveltis Lund  
Friskis&Sveltis Lund

Instagram



@friskislund  
@friskislund



# SCHEMA VT 2018 FRISKISHUSET I LUND

(med reservation för förändringar)

## Onsdag

09.00	Cirkelgym senior <b>NYHET!</b>	Ingemar J
10.00	Senior gym	Gunilla G
10.00	Yoga mind <b>NYHET!</b>	Anette He
11:15	Cirkelgym	Jeanette He
11:40	Spin 50	Ingemar H
17:00	Core	Anette He
17:00	Enkeljympa	Cecilia S
17:15	Cirkelgym	Magdalea F
17:30	Spin puls 60	Lars Ha
17:45	IW Spurt	Pia S
18:00	Cross (utomhus)	Karin B
18:00	IntervallFlex	Lars He
18:00	Jympa medel	Mija T
18:15	Yoga	Anne Louise L
18:45	Spin spurt puls 60	Jessica K

## Torsdag

10:00	Jympa soft	Lena S
11:00	Cirkelgym/IW kombipass	Jeanette He
14:00	Cirkelgym	Thomas G
17:00	Jympa medel	Therese M / Johanna G
17:15	Spin soft 45	Johanna G/Kristina B
17:30	Dans fusion	Hanna H T
17:30	Cirkelgym	Carola K
18:00	Jympa bas	Anette Ed
18:15	Spin Giro 4 (tom 29/3)	Katarina P / David A
18:30	Indoor Walking	Mathias L
18:45	Cirkelgym X	Hanna H T
18:45	SkivstångIntervall 75	Carola K
19:00	Jympa intensiv	Jonas G
20:00	Flex	Lena V

Friskis&Sveltis Lund, Gustavshemsvägen 1A, 22764 Lund  
046-136401, [www.friskissveltis.se/lund](http://www.friskissveltis.se/lund)



# SCHEMA VT 2018 FRISKISHUSET I LUND

(med reservation för förändringar)

## Fredag

06:30	Spin puls 45	Kristina B
08:30	Cirkelgym	Hans E
10:00	Cirkelgym senior	Hans E
11:30	Jympa medel 45	Kristina B
11:45	Spin 60	Katarina P
16:30	IW soft	Anne-Louise H
16.30	Cirkelgym/Spin kombipass	Leena K
	<i>ny dag och tid</i>	
17:00	Yoga	Anne R
18:00	Jympa medel	Sara J

## Lördag

09:00	Core soft	Pirjo T
09:00	Jympa familj	Anne-Louise H & Lennart H
09:30	Cirkelgym	Varierande
10:15	Jympa medel	Linda H
10:30	Spin - varierande upplägg	Varierande
15:00	Jympa medel	Anette G

## Söndag

11:00	Jympa bas	Åsa B
16:30	Cirkelfys	Mats J
17:00	Jympa medel	Ulrika J
17:30	Dans fusion	Jeanette Li
17:30	Spin intervall puls 60 (norska varannan vecka)	Kristina B
17:30	IW Spurt/Intervall	Anna-Karin H/Mathias L
18:00	TEMA Yoga (1 gång/mån, se hemsidan)	Annette Ho

## ÖPPETTIDER FRISKISHUSET

	Öppettider sluss*	Bemannade öppettider ** (ingång via huvudentré)
Månd—Torsd	05:00-24:00	07:30-21:00
Fred	05:00-22:00	06:15-19:00
Lörd	07:00-20:00	08:30-16:30
Sönd	07:00-24:00	10:30-20:00

\* För tillgång till slussen krävs Allkort (ej dagkortet) eller gymkort

\*\* 20 min efter receptionen stängt låses hela receptionsplanet



# SCHEMA VT 2018 ÖVRIGA LUNDS KOMMUN

(med reservation för förändringar)

Lund, skollokalerna				
Mån	19:00	Jympa medel	Hedvig K	Katedralskolan
Mån	20:00	Jympa medel/bas	Kristina B/ Anette E	Fäladshallen
Ons	20:00	Jympa soft	Ulla N	Fäladshallen
Fre	17:00	Jympa medel	Elin B	Katedralskolan
Sön	19:00	Jympa medel	Mija T	Östra Tornshallen
Dalby				
Mån	19:00	Jympa bas	Helene K	Hagalundskolan
Mån	20:00	Jympa medel	Varierande	Hagalundskolan
Ons	20:00	Jympa bas	Josefin V	Hagalundskolan
Tors	19:00	IntervallFlex	Gunilla M	Hagalundskolan
Södra Sandby				
Tis	20:00	Jympa medel	Åsa Sk	Byskolan
Ons	19:00	Core	Kerstina O	Byskolan
Tors	19:00	Jympa bas	Anna Du	Byskolan
Sön	19:00	Jympa station medel 75	Elin B	Byskolan
Genarp				
Mån	19:30	Jympa bas	Eva-Britt N	Genarpshallen
Ons	20:00	Jympa medel	Maria N/ Katarina P	Genarpshallen
Veberöd				
Mån	19:00	Jympa station medel 75	Therese M	Idalaskolan
Tors	19:00	Jympa medel puls/medel	Anna K/ Christina O	Idalaskolan

Vårterminen pågår mellan 8/1—27/5 2018



# SCHEMA VT 2018 STAFFANTORPS KOMMUN KÄVLINGE KOMMUN

(med reservation för förändringar)

Staffanstorps				
Mån	18:30	Jympa bas	Emily M	Stanstorpskolan
Tis	19:00	Jympa medel	Karolin L	Baldersskolan
Ond	18:00	Jympa bas/bas puls/gästpass	Emily M/ Maria N/vari	Baldersskolan
Ons	19:30	Cirkelfys	Mats J	Mellanvången
Tors	18:00	Jympa bas	Anna N	Baldersskolan
Lör	09:00	Jympa medel	Anna W	Baldersskolan
Hjärup				
Tis	19:00	IntervallFlex	Jonas G	Hjärupslundsskolan
Ons	16.45	Jympa medel NYHET	Anette G	Hjärupslundsskolan
Tors	17:00	Jympa bas	Marie K	Hjärupslundsskolan
Sön	18:00	Jympa medel	Jan S	Hjärupslundsskolan
Kävlinge				
Mån	19:00	Jympa bas	Linda Wa	Olympiaskolan
Mån	19:00	Jympa station medel 75	Gunilla M + Kerstina O	Rinnebäckshallen
Tis	20:00	Jympa bas	Malin M	Rinnebäckshallen
Ons	18:00	Powerwalk (ute)	Anders B/ Helena B	samling ICA Supermarket parkering
Ons	19:00	Cirkelfys	Gunilla M	Lilla Rinnebäck
Ons	19:00	Flex soft	Ritwa B	Rinnebäckshallen
Ons	19:00	Jympa medel	Pernilla A/ Elin B	Olympiaskolan
Tors	16:30	Jympa soft	Varierande	Billingshäll
Tors	18:00	Jympa station bas	Gull-Britt E	Lilla Rinnebäck
Tors	18:30	Core	Kerstina O	Olympiaskolan
Lör	10:00	Cirkelfys	Sara B	Lilla Rinnebäck
Dösjebro				
Ons	19:00	Jympa bas/medel	Varierande	Dösjebroskolan



# SCHEMA VT 2018 KÄVLINGE KOMMUN

(med reservation för förändringar)

Furulund				
Mån	11:00	Flex soft	Anne-Marie K	Vikenhallen
Tis	18:30	Cross (utomhus)	Acke E	Vikenhallen
Tis	20:00	Skivstång	Gull-Britt E	Vikenhallen
Ons	11:00	Jympa bas	Eva-Britt N	Vikenhallen
Tors	19:00	Jympa soft	Katarina Ho	Ljungensskolan
Sön	19:00	Jympa medel styrka/medel	Pernilla+Anneli K/ Veronica A	Vikenhallen
Löddeköpinge				
Mån	19:30	Jympa bas	Pernilla T	Nyvångshallen
Tis	09:00	Jympa soft	Ann-Marie K	Löddeköpinge idrottshall
Tis	19:00	Core	Linda A	Björkenässkolan
Ons	18:00	Familjefys	Carina T	Björkenässkolan
Ons	19:00	Jympa station medel	Katarina Ha + Charlotta E	Björkenässkolan
Tors	18:00	Jympa station	Christina M H	Nyvångshallen
Tors	19:00	Jympa medel	Anna N	Björkenässkolan
Fre	09:00	Jympa soft	Ann-Marie K	Fd Folkets Hus
Lör	11:00	Jympa medel	Pernilla A/Dorota P	Nyvångshallen
Barsebäck				
Mån	19:00	Cirkelfys	Veronica A	Barsebäcks Montessoriskola
Tis	17:00	Jympa soft	Eva H	Barsebäcks Montessoriskola
Tors	18:00	Familj	Carina T	Barsebäcks Montessoriskola
Hofterup				
Tors	19:30	Jympa medel	Ulrika J	Skönadalsskolan
Sön	19:30	Jympa medel	Erika B	Skönadalsskolan