



Påskhelgen på Avancia 2025



Skärtorsdag 17/4	Långfredag 18/4	Påskafton Lördagen 19/4	Påskdagen Söndagen 20/4	Annandag Påsk Måndagen 21/4
Kl.11.00-12.00 Core 45/60 Pia L	Kl.11.15-11.45 Flow 30 Mjuka och stärkande flöden med egen kroppsvikt Malin	Kl.11.00-11.45 "Färden mot Blåkulla" Cykling 45 TEAM Cecilia och Pia	Kl.11.15-12.45 Yoga 90 Två olika typer av yoga med två olika typer av instruktörer i perfekt harmoni TEAM Boryana och Emelie	Kl. 11.15-12.00 JUMPING 45 – Påskedition Glädje och konditionsträning på små studsmattor Tindra
	Kl.11.50-12.20 Tabata 30 Arbeta 20sek, vila 10sek med enkla övningar för hela kroppen Malin			
Kl.17.30-18.00 Styrka Helkropp 30 Kicki				
Kl.18.15-19.00 The Trip 45 (cykling till virtuell bana) Pia				

Vi förbehåller oss rätten att göra ändringar i schemat. Bokning av passen samt aktuellt schema finner du på bokningssidan på avancia.ax