



TränaNära

Tillgänglig träning sedan 2004

Schema HT 2016

	plats:	typ	tid	antal	start	instruktör	pris:
måndag							
tisdag	Ekeby bygdegård	Tabata	18:30	10	v.35	Stina/Pernilla	800
	Tuna Bygdegård	Tabata	20:00	10	v.34	Stina/Pernilla	kontakta 4h
	Tuna Bygdegård	Pilates	20:00	5	v.45	Anna	kontakta 4h
onsdag	Tibble bygdegård	Afrodans	17:30	12	v.35	Stina	1000
	Stavby bygdegård	Yoga för män	19:00	12	v.35	Stina	1200
	Stavby bygdegård	Fortsättningsyoga	20:15	12	v.35	Stina	1200
torsdag	Ekeby bygdegård	Yoga	19:00	10	v.35	Susanne	1000
fredag	Tibble bygdegård	Yoga för seniorer	09:15	12	v.35	Anna	1020
söndag	Vendel bygdegård	Afrodans	17:00	12	v.35	Stina/Kim	1000
	Tibble bygdegård	Yoga	19:00	12	v.35	Anna	1200

Anmälan:

Skicka namn, telefon, mail och kurs till
 stina@trananara.se eller smsa:0704924219

Vill du gå på flera kurser: Köp terminkort 1600kr och du får gå på hur många pass du vill eller gå på 2 och få 25% rabatt på den med lägst pris. Under 18 år och över 65 år får 15% rabatt.

Om instruktör är sjuk kan passet bytas ut mot något liknande.

Passen är ca 60 min/gång, Yogan 75 min.

Hemsida: trananara.se