

# KORPENS SOMMARGYMPA 2020



Följ oss gärna på  
Facebook – Korpen  
Hässleholm Gympa

**PLATS:** Hässleholmsgården

Utomhus på gräsplanen bakom vaktmästeriet/vandrarhemmet

**TID:** 18:00 – 19:00

**PRIS:** GRATIS

Denna sommaren är alla våra pass GRATIS för alla, medlemmar som icke medlemmar

Så välkomna alla till Korpens sommargympa

**Vi följer Folkhälsomyndighetens rekommendationer och är max 50 personer på varje pass**

*Vid regn och dåligt väder ställs passet in, ledaren som bestämmer*

**VID FRÅGOR:** Korpens kansli: 0451-801 60 [www.korpenhassleholm.se](http://www.korpenhassleholm.se) [info@korpenhassleholm.se](mailto:info@korpenhassleholm.se)

## Vecka 19

Mån 4/5 - Kondition  
Tors 7/5 - Kondition/styrka

## Vecka 20

Mån 11/5 - Kondition  
Tors 14/5 - Kondition/styrka

## Vecka 21

Mån 18/5 - Kondition  
Tis 19/5 - Yoga

## Vecka 22

Mån 25/5 - Kondition  
Tors 28/5 - Kondition/styrka

## Vecka 23

Mån 1/6 - Yoga  
Tors 4/6 - Kondition/styrka

## Vecka 24

Mån 8/6 - Zumba  
Tors 11/6 - Kondition

## Vecka 25

Mån 15/6 - Yoga  
Ons 17/6 - Kondition

## Vecka 26

Mån 22/6 - Zumba  
Tors 25/6 - Kondition/styrka

## Vecka 27

Mån 29/6 - Yoga  
Tors 2/7 - Kondition/styrka

## Vecka 28

Mån 6/7 - Zumba  
Tors 9/7 - Yoga

## Vecka 29

Mån 13/7 - Kondition  
Tors 16/7 - Kondition

## Vecka 30

Mån 20/7 - Kondition  
Tors 23/7 - Kondition

## Vecka 31

Mån 27/7 - Yoga  
Tors 30/7 - Kondition

## Vecka 32

Mån 3/8 - Yoga  
Tors 6/8 - Kondition

## Vecka 33

Mån 10/8 - Kondition/styrka  
Tors 13/8 - Kondition

## Vecka 34

Mån 17/8 - Zumba  
Tors 20/8 - Kondition

Till yoga-passen; ta gärna med matta och filt

Kom friska, håll avstånd och ombytta

Välkomna till en sommar som inte kommer vara lik någon annan

Hälsningar Instruktörerna

Eva Ahlvist, Åsa Wallin, Carol Renteria, Sylwia Neubauer och Josefine Andersson