

### GRUPPTRÄNING

#### MÅNDAG

|       |                         |                          |
|-------|-------------------------|--------------------------|
| 10:00 | HEJAREGATAN 1           | SITT- & STÅ-GYMPA Senior |
|       | Birgit C                |                          |
| 16:00 | TELEBORGSHALLEN A-salen | RYGGVÄNLIG GYMPA         |
|       | Gunilla S               |                          |
| 18:00 | KATEDRALSKOLAN          | MEDELGYMPA               |
|       | Therese D               |                          |
| 18:00 | TELEBORGSHALLEN C-salen | STYRKA MED STÄNGER       |
|       | Anna S                  |                          |

#### TISDAG

|       |                         |                         |
|-------|-------------------------|-------------------------|
| 16:15 | TELEBORGSHALLEN C-salen | STYRKA/RÖRLIGHET Senior |
|       | Gunilla S               |                         |
| 19:00 | TORPARSKOLAN            | YOGA                    |
|       | Manaswita P             |                         |
| 19:15 | HOVSHAGASKOLAN          | MEDELGYMPA              |
|       | Hanna K                 |                         |

#### ONSDAG

|       |                         |                      |
|-------|-------------------------|----------------------|
| 10:00 | FUTURUM                 | MEDELGYMPA UTAN HOPP |
|       | Birgit C                |                      |
| 16:00 | TELEBORGSHALLEN A-salen | CIRKELFYS Senior     |
|       | Gunilla S               |                      |
| 18:00 | TORPARSKOLAN            | YOGA                 |
|       | Manaswita P             |                      |
| 19:00 | FURUBY SKOLA            | COREGYMPA            |
|       | Lena J                  |                      |
| 19:00 | TELEBORGSHALLEN C-salen | CIRKELFYS (75 min)   |
|       | Anna S                  |                      |
| 19:30 | SANDBRO SKOLA           | MEDELGYMPA UTAN HOPP |
|       | Mats G                  |                      |

#### TORSDAG

|       |                          |                      |
|-------|--------------------------|----------------------|
| 10:15 | FORTNOX ARENA            | FUNKTIONELL TRÄNING  |
|       | Lotta W                  |                      |
| 14:00 | VÄXJÖ SIMHALL            | LÄTTGYMPA            |
|       | Lena J                   |                      |
| 18:00 | LILLESTADSKOLAN          | MEDELGYMPA           |
|       | Jon H                    |                      |
| 19:00 | GUSTAVSLUNDSKOLAN        | CIRKELFYS            |
|       | Sanna L                  |                      |
| 19:00 | TELEBORGSHALLEN, C-salen | BOLLYWOOD, Dansgymna |
|       | Manaswita P              |                      |

#### LÖRDAG

|       |                       |                |
|-------|-----------------------|----------------|
| 17:00 | VÄXJÖ SIMHALL         | VATTENGYMPA    |
|       | Lotta W / Manaswita P | Multibassängen |

#### SÖNDAG

|       |                     |              |
|-------|---------------------|--------------|
| 18:00 | GUSTAVSLUNDSKOLAN   | POWER STYRKA |
|       | Therese D / Sanna L |              |

### TAIJI

#### TISDAG

|       |                 |             |
|-------|-----------------|-------------|
| 19:00 | LILLESTADSKOLAN | FORTSÄTTARE |
|       | Leif-Göran S    | (90 min)    |

#### ONSDAG

|       |                 |           |
|-------|-----------------|-----------|
| 18:30 | LILLESTADSKOLAN | NYBÖRJARE |
|       | Mateusz P       |           |

### BARN

Föranmälan på vår  
hemsida / bokningssida  
för alla barngrupper.



#### MÅNDAG

|       |                    |                     |
|-------|--------------------|---------------------|
| 16:30 | GUSTAVSLUNDSKOLAN  | FAMILJEGYMNA 2-4 år |
|       | Lena L             | (45 min)            |
| 17:00 | TELEBORGSHALLEN, C | MOVEMANIA 6-8 år    |
|       | Shriya M           | Gruppträning        |
| 17:20 | GUSTAVSLUNDSKOLAN  | BARNGYMNA 5-6 år    |
|       | Lena L             |                     |

#### TISDAG

|       |                 |                   |
|-------|-----------------|-------------------|
| 16:30 | BÄCKASLÖVSKOLAN | BAMSEGYMNA 3-5 år |
|       | Mimmi A         | (45 min)          |
| 17:20 | BÄCKASLÖVSKOLAN | BAMSEGYMNA 6-7 år |
|       | Helmer A        | (50 min)          |

#### TORSDAG

|       |                 |                     |
|-------|-----------------|---------------------|
| 17:00 | ENGELSKA SKOLAN | FAMILJEGYMNA 2-3 år |
|       | Jennyfer K      | (45 min)            |
| 17:45 | ENGELSKA SKOLAN | BAMSEGYMNA 4-5 år   |
|       | Estella B       | (45 min)            |

#### AVGIFTER:

|                                           |        |
|-------------------------------------------|--------|
| Medlemsavgift för kalenderåret 2026       | 100 kr |
| Terminsavgift Barn-, Bamse-, Familjegymna | 400 kr |
| Terminsavgift Övriga grupper              | 600 kr |

Gör inbetalningen med Swish, kort eller faktura på  
vår hemsida

Reservation för ev ändringar

Ingen föranmälan till gruppträningspassen!  
Du får delta så mycket du vill och kan!

Medtag eget liggunderlag eller yogamatta till våra pass!

Frågor? Mejla oss på  
[info@gymmix-vaxjo.se](mailto:info@gymmix-vaxjo.se)

Mer info på [www.gymmix-vaxjo.se](http://www.gymmix-vaxjo.se)

