Denna sommar erbjuder Stugägareföreningen sommargympa till alla medlemmar. Medlemsavgiften är 225 kr och skall vara betald innan deltagande i pass. Se vidare info om medlemskap på vår hemsida [www.ahstugagareforening.se](http://www.ahstugagareforening.se) Där kan du läsa hur du blir medlem.

Kostnaden kommer att vara 200 kr för hela sommaren eller 60 kr per pass. Betalas med swish på plats. Barn/ungdomar upp till 18 år tränar gratis

Alla pass är på dansbanan alternativt stranden för yoga. Vid ihållande regn är passet inställt eller om något annat oförutsett händer. Titta på vår förenings Facebook sida om eventuella ändringar av pass.

Bra att ta med sig Yogamatta eller liknande till passen (behövs inte på dansgympa)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Måndag** | **Tisdag** | **Onsdag** | **Torsdag** |
| V27, 4 – 10 juli | 09.00 Dansgympa | 09:00 Yoga |  | 16:00 Core |
| V28, 11 – 17 juli | 09.00 Dansgympa | 09:00 Yoga |  | 16:00 Tabata |
| V29, 18 – 24 juli | 09.00 Dansgympa | 09:00 Yoga | 16:00 Core |  |
| V30, 25 – 31 juli | 09.00 Dansgympa | 09:00 Yoga |  | 16:00 Tabata |
| V31, 1 – 7 aug. | 09.00 Dansgympa | 09:00 Yoga |  | 16:00 Core |