

Tider	Lifestyle	Föreläsning	Örebro BK	Kultihallen	Multihallen	Hall 1	Hall 2
8.00-8.45	Spinning						
9.30-9.50						INFORMATION	
10.00-11.10			Boxning Grund	Smallgroups	Aerobic Dance	CROSSFIT	Bodybalance
11.25-12.35		Andrew Pleick		TABATA 11.25-12.10	Elementary Dance	Bodycombat	Core 11.25-12.10
12.50-14.00		Hannah Östebo		Smallgroups	Grit 12.50/CX13.30	KETTLEBELLS GRUND	Zumba
14.15-15.25	Spinning 14.30-15.15		Boxning Fortsätt	Elin T Mixpass	Bodypump	CROSSFIT	Functional Toning
15.40-16.50		Cecilia Duberg		Smallgroups	15.40-16.10 & 16.20-16.50	KETTLEBELLS FORTS	F&S ej klart vilket pass
17.00-17.45					Ovan 2Xfoamroller	Avslutnings Yoga	

Lifestyle	Desa/ulrica mfl	Anna Duberg	Actic	Ö-o Rehabcenter	Sandy V Langenberg	Peaklife	Smedjan
Örebro BK -Kamran	Claudio Vargas	Friskis & Svettis					