

	Torsdag 31/10	Fredag 1/11	Lördag 2/11	Söndag 3/11	Måndag 4/11	Tisdag 5/11	Onsdag 6/11	Torsdag 7/11	
Före frukost	Morgonpromenad								
Frukost	07.30-10.00 FRUKOST (VI ÄTER VID 08.30)								
Förmiddag	Samling Landvetter vid gate vid god tid innan	07.45 BODYBALANCE	07.45 Freeflow	07.45 YOGA	07.45 CXWORX	07.45 CYKEL	07.45 BODYCOMBAT	07.45 BODYSTEP	
		09.45 PT-PASS	10.00 BODYCOMBAT	09.45 DELTÄVLING FYSISK	10.00 BODYBATTLE	10.00 PT-PASS	10.00 CIRKELTRÄNING	10.00 BODYPUMP	
	10.00 Les Mills kavalkad	11.00 Vattenträning						10.00 FINAL MADNESS	
		12.00 Mindfulness	11.00 Beachvolleyboll		11.15 MRL		11.00 DELTÄVLING KLURIG	FINAL BLISS	
Lunch	12.30 Lunch								
	10.50 Flyg	SOL och BAD							
					13.30 DELTÄVLING				
		15.00 Booty & Dance	15.00 BODYSTEP	15.00 TONE	14.30 AEROBIC		14.00 PARTY		
Eftermiddag	TRANSFER	16.00 BODYPUMP	16.00 PT-PASS	16.00 AFRO	15.45 SH'bam	15.30 BODYBALANCE	15.00 MRL TEMA	TRANSFER	
	SAMLING VID BAREN - PROMENADSKOR		17.00 STRETCH / FOAM	16.45 SPRINT			STRETCH / FOAM		
Kväll		18.30 Middag			17.30 Barhäng	18.30 DELTÄVLING	18.30 Middag		
	Aktivitet	Barhäng	20.00 AKTIVITET	Barhäng	20.00 Middag	Barhäng	Prisutdelning	22.35 Landvetter	

GRÄSMATTA	= GRÄSYTA
BASKETPLAN	= BASKETPLAN (bräda och matta)
CYKEL	= SPINNINGSAL
SKIVSTÄNGER / BRÄDA	= INOMHUS
GYM	= GYM
BEACHVOLLY	= BEACHVOLLYPLAN
VATTENGYMPA	= POOL (varm)
ANNAN YTA	= Beroende på aktivitet

VERSION 4 - med reservation för förändringar

Frukostbuffé 07.30-10.00
Lunchbuffé 12.30-15.00
Middagsbuffé 18.30-21.30 (vårdad klädsel)