

vecka 17	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
05:30 - 06:30							
06:45 - 07:45		Cramo (06:15-07:15)	Crossfit (06:45-07:45)		Crossfit (06:45-07:45)		
16:30 - 17:30							
17:45 - 18:45							
19:00 - 20:00							