

Tid	Mån	Tis	Ons	Tor	Fre	Lör	Sön
5:30	Öppning		Öppning		Öppning		
6:00	Crossfit, 60 min		Crossfit, 60 min		Crossfit, 60 min		
6:30		Öppning		Öppning			
7:00		Crossfit, 60 min		Crossfit, 60 min			
7:30							
8:00					Crossfit, 60 min		
8:30							
9:00						Öppning	Öppning
9:30			Solid Mama, 60 min <i>(Mamma Rehab)</i>	Solid Mama, 60 min <i>(Mamma Rehab)</i>			
10:00						Crossfit, 60 min &	
10:30						Solid Kids, 45 min	Team-WoD, 60 min
11:00						Crossfit, 60 min &	
11:30						Solid Kids, 45 min	
12:00	Crossfit, 60 min	Crossfit, 60 min	Crossfit, 60 min	Crossfit, 60 min	Crossfit, 60 min		
12:30							
13:00	Solid Senior, 60 min					Stängning	Stängning
13:30							
14:00							
14:30							
15:00							
15:30							
16:00							
16:30	Crossfit, 60 min		Crossfit, 60 min		Crossfit, 60 min		
17:00		Crossfit, 60 min		Crossfit, 60 min &			
17:30	Crossfit, 60 min		Crossfit, 60 min	Solid Teens, 60 min	Crossfit, 60 min		
18:00		Crossfit, 60 min		Crossfit, 60 min			
18:30	Crossfit, 60 min		OLY, 60 min				
19:00		CrossFit Gymnastics, 60 min		Solid Move, 60 min			
19:30					Stängning		
20:00							
20:30	Stängning	Stängning	Stängning	Stängning			
21:00							
21:30							