

| | Måndag | Tisdag | Onsdag | Torsdag | Fredag | Lördag | Söndag |
|-------------|--------------|------------------|------------|-----------------|------------|--------|----------|
| 09.30-10.15 | Morgonpass | | Morgonpass | | Morgonpass | | |
| 10.00-11.00 | | | | | | | Team WOD |
| 17.15-17.45 | | | | | AW WOD | | |
| 17.30-18.30 | Tabata / WOD | FightersFitness | | FightersFitness | | | |
| 18.30-19-30 | | Teknik / WOD | | Styrka / WOD | | | |
| 18.45-19.45 | | Yin / Nidra Yoga | | | | | |