



fr.o.m 5.1.18 alkaen

WORX MA/MI kl(o): 20.00

Mia / Freya

WORX ON/KE kl(o): 06.00

Svante

WORX FRE/PE kl(o): 18.00

Freya / Malin

WORX är ett superroligt funktionellt cirkelträningsspass på Crossgym som passar alla träningsnivåer, du bestämmer själv takten – vi ger övningarna! Härifrån kan du också få ideér till din egen träning.

Med Crossgym's medlemskap har du fri tillgång till WORX-passen, utan medlemskap 10€ / gång.



WORX on superhauska ja tehokas kuntopiiritunti Crossgym-salilla joka sopii jokaiselle treenitasolle, päätät itse tahdin – me annamme liikkeen! Täältä voit myös saada vinkkejä omaan treeniisi.

Crossgym'in jäsenyydellä vaapaa pääsy kaikille WORX-tunneille, ilman jäsenyyttä 10€ / kerta.