



BELÄGGNINGEN I GYMMET

Välj själv om du vill träna när det är låg, medel eller hög beläggning på gymmet.

Gult=Låg, Grönt=Medel , Rött=Hög

	Mån	Tis	Ons	Tor	Fre	Lör	Sön
05.00-07.00	Yellow	Yellow	Yellow	Yellow	Yellow		
07.00-09.00	Yellow	Yellow	Yellow	Yellow	Yellow	Green	Green
09.00-11.00	Yellow	Yellow	Yellow	Yellow	Yellow	Green	Green
11.00-13.00	Red	Red	Red	Red	Red	Green	Green
13.00-15.00	Yellow	Yellow	Yellow	Yellow	Yellow	Green	Green
15.00-17.00	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green
17.00-19.00	Red	Red	Red	Red	Red		
19.00-21.00	Green	Green	Green	Green	Green		