

TRÄNINGSPRESA MED NORDIC WELLNESS & MÅRTEN NYLEN

KRETA 15- 22 maj 2027

LÖRDAG 17/10

18:30 Välkomstmöte Sthlm & Köpenhamn
19:30 Gemensam middag
Ankomst Göteborg

ONSDAG 21/10

07:30 Morgonpromenad / Rörlighet
10:00 Pilates
11:00 Dance
12:00 Aqua
16:00 Smart Träning med Mårten
17:00 Booty move
19:00 Gemensam middag

SÖNDAG 18/10

07:30 Morgonpromenad / Rörlighet
09:15 Välkomstmöte med Gbg
10:00 Smart Träning med Mårten
11:00 Rörlighet
12:00 Aqua
16:00 Zumba
17:00 Core
19:15 Gemensam middag

TORSDAG 22/10

07:30 Morgonpromenad / Yoga
10:00 Smart Träning med Mårten
11:00 Core
15:00 Zumba
16:00 Tabata
18:00 NW Team Challenge 2027
19:15 Gemensam middag

MÅNDAG 19/10

07:30 Morgonpromenad / Yoga
10:00 Challenge
11:00 Booty move
12:00 Cykel
15:00 Smart Träning med Mårten
16:00 Dance
18:00 Föreläsning Mårten och Lisa
19:30 Gemensam middag

FREDAG 23/10

07:30 Morgonpromenad / Pilates
10:00 Bodypump
11:00 Dance
12:00 Cykel
15:00 Smart Träning med Mårten
16:00 Core
18:00 Avslutningsdrink
19:00 Gemensam middag
21:00 Poolparty of the Year

TISDAG 20/10

07:30 Morgonpromenad / Pilates
10:00 Smart Träning med Mårten
11:00 Core
12:00 Dance
15:00 Bodypump
16:00 Aerobics
18:00 Musikquizkväll
19:15 Gemensam middag

LÖRDAG 24/10

Hemresa för samtliga